

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À MONTRÉAL

DÉFIS ET ENJEUX DE L'ADAPTATION À DIFFÉRENTS PROJETS  
CHORÉGRAPHIQUES ET MISE EN JEU DE LA RELATION À LA GRAVITÉ  
DANS LA PRATIQUE DE L'INTERPRÈTE EN DANSE CONTEMPORAINE

THÈSE

PRÉSENTÉE

COMME EXIGENCE PARTIELLE

DU DOCTORAT EN ÉTUDES ET PRATIQUES DES ARTS

PAR

JOHANNA BIENAISE

JANVIER 2015

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À MONTRÉAL  
Service des bibliothèques

Avertissement

La diffusion de cette thèse se fait dans le respect des droits de son auteur, qui a signé le formulaire *Autorisation de reproduire et de diffuser un travail de recherche de cycles supérieurs* (SDU-522 – Rév.01-2006). Cette autorisation stipule que «conformément à l'article 11 du Règlement no 8 des études de cycles supérieurs, [l'auteur] concède à l'Université du Québec à Montréal une licence non exclusive d'utilisation et de publication de la totalité ou d'une partie importante de [son] travail de recherche pour des fins pédagogiques et non commerciales. Plus précisément, [l'auteur] autorise l'Université du Québec à Montréal à reproduire, diffuser, prêter, distribuer ou vendre des copies de [son] travail de recherche à des fins non commerciales sur quelque support que ce soit, y compris l'Internet. Cette licence et cette autorisation n'entraînent pas une renonciation de [la] part [de l'auteur] à [ses] droits moraux ni à [ses] droits de propriété intellectuelle. Sauf entente contraire, [l'auteur] conserve la liberté de diffuser et de commercialiser ou non ce travail dont [il] possède un exemplaire.»



## REMERCIEMENTS

Je remercie chaleureusement ma directrice, Madame Nicole Harbonnier, et ma codirectrice, Madame Sylvie Fortin, qui m'ont encadrée avec rigueur, sensibilité et pertinence tout au long du parcours. Chacune, à votre manière, vous avez su me guider, m'encourager et stimuler ma réflexion aux bons moments.

Je tiens à exprimer toute ma reconnaissance aux trois chorégraphes qui ont plongé avec moi dans cette aventure. Merci Kelly pour ton inspiration. Merci George pour ta confiance. Merci Anne-Marie pour ton expérience. Cette étude n'aurait pu voir le jour sans votre investissement généreux dans ce projet.

Je désire remercier également l'ensemble des collaborateurs qui ont participé aux trois projets de création. Eric et Owen, pour votre accompagnement sonore inspirant. Marianne, pour ton écoute et ta sensibilité dans la recherche des costumes. Adel, pour ton œil efficace et avisé dans la captation vidéo des spectacles, les photos et la réalisation du DVD. Christian, pour la justesse et la beauté de tes affiches. Diane, pour tes entretiens toujours pertinents et éclairants. Chantal et Chase pour les transcriptions d'entretiens. Claudia, pour l'efficacité de ton aide pour les schémas. Katerine, pour ta relecture patiente et rigoureuse.

Je tiens à remercier l'ensemble du Département de danse de l'UQAM pour le soutien dans la mise en place et la réalisation des trois projets de création. Je remercie particulièrement tout le corps professoral et le personnel administratif pour le soutien moral dans les derniers kilomètres de l'écriture.

Cette recherche a été soutenue par le Conseil de Recherche en Sciences Humaines du Canada (CRSH) ainsi que par les Fonds de Recherche sur la Société et la Culture du Québec (FRQSC). Je remercie ces deux instances qui m'ont permis de mener ma recherche dans de bonnes conditions de travail.

Enfin, je tiens à remercier ma famille, pour son soutien indéfectible, sa patience et son écoute tout au long de ces années. Merci Alexandre d'être avec nous. Merci pour tout ce que tu es. Merci Adel pour ton amour et ta présence. Merci à ma mère, Sylvette, pour ton exigence et ta quête de vérité. Merci à ma sœur, Laetitia, pour ton intelligence et ton écoute toujours compréhensive. Merci à mon père, Jean-Baptiste, tu es un exemple de courage et de force au travail.

## DÉDICACE

*"Life is a relationship between molecules not a property of any one molecule"*  
(Zuckermandl et Pauling, 1962, p.189)

À mon fils, Alexandre.

À ma mère, Sylvette.

## TABLE DES MATIÈRES

REMERCIEMENTS .....	ii
DÉDICACE .....	iv
TABLE DES MATIÈRES .....	V
LISTE DES FIGURES.....	IX
LISTE DES TABLEAUX.....	X
RÉSUMÉ .....	XI
PRÉAMBULE .....	1
CHAPITRE I. INTRODUCTION.....	7
1.1. But de l'étude et question de recherche.....	7
1.2. État de la question.....	9
1.2.1. Panorama général sur l'adaptation.....	10
1.2.2. L'adaptation de l'interprète en danse contemporaine .....	12
1.2.2.1. Exigences du métier .....	12
1.2.2.2. Adaptation et polyvalence.....	15
1.2.2.3. Point de vue d'interprètes professionnels .....	20
1.2.3. La relation à la gravité .....	22
1.2.3.1. Terminologie multiple .....	22
1.2.3.2. Inscription dans l'histoire de la danse moderne et contemporaine ..	26
1.2.3.3. Expérience des interprètes contemporains .....	29
1.2.3.4. Signature gestuelle et imaginaire .....	32
1.2.3.5. Mise en jeu dans la création chorégraphique .....	34
1.3. Méthodologie.....	37
1.4. Limites et pertinence de l'étude.....	38
CHAPITRE II. REPÈRES THÉORIQUES .....	40
2.1. L'adaptation.....	41
2.1.1. Perspectives de la biologie.....	42
2.1.2. Perspectives de la psychologie.....	45
2.1.2.1. Assimilation, accommodation et équilibration .....	45
2.1.2.2. Crise et dépassement de la crise.....	49
2.1.3. Perspectives de la systémique .....	52
2.1.3.1. Les systèmes dynamiques .....	52
2.1.3.2. Auto-organisation et éco-organisation .....	55
2.1.3.3. De la finalité de l'adaptation à la notion d'émergence .....	57

2.2. La relation à la gravité .....	59
2.2.1. Inscription d'une histoire personnelle.....	60
2.2.2. Inscription d'un contexte social et culturel .....	64
2.2.3. Fonction adaptative.....	67
CHAPITRE III. MÉTHODOLOGIE .....	72
3.1. Le projet de création .....	73
3.1.1. Les chorégraphes .....	74
3.1.2. Considérations pratiques.....	78
3.2. Positionnement épistémologique.....	79
3.3. Le paradigme post-positiviste et l'approche heuristique.....	81
3.4. La collecte de données d'inspiration autoethnographique et ethnographique.....	83
3.4.1. Analyse de ma relation à la gravité.....	85
3.4.2. Les captations vidéo.....	85
3.4.3. Les journaux de bord .....	87
3.4.4. Les entrevues .....	89
3.5. L'analyse et l'interprétation des données .....	90
3.6. Validité de la recherche .....	95
CHAPITRE IV. RÉSULTATS .....	98
4.1. Analyse préliminaire de ma relation à la gravité .....	99
4.2. Solo 1 : <i>Waypoints</i> .....	101
4.2.1. Les défis techniques.....	103
4.2.1.1. Deux centres du mouvement : le sternum et le bassin .....	103
4.2.1.2. Logique articulaire du geste et relâchement musculaire .....	106
4.2.1.3. L'aller-vers.....	109
4.2.2. Les défis relationnels .....	110
4.2.2.1. La question du modèle .....	111
4.2.2.2. L'objectivation de soi .....	112
4.2.3. Les enjeux psychologiques .....	114
4.2.3.1. Désorganisation et perte de repères .....	114
4.2.4. Les enjeux créatifs .....	117
4.2.4.1. La reprise mobilisatrice ou l'émergence du sens de l'œuvre.....	117
4.2.4.2. La relation gravitaire de l'entre-deux : l'espace dynamique du déséquilibre.....	119
4.3. Solo 2 : <i>Dysmorphic Delicious</i> .....	122
4.3.1. Les défis techniques.....	123
4.3.1.1. Une question de posture : orientation, direction et regard .....	123
4.3.1.2. L'espace gestuel « du dedans ».....	126
4.3.1.3. La présence dans l'action.....	129
4.3.2. Les défis relationnels .....	131
4.3.2.1. Se comprendre autour du thème de la pièce .....	132
4.3.2.2. Répondre à l'environnement de l'œuvre : musiques, costumes et objets.....	135



4.3.3. Les enjeux psychologiques .....	138
4.3.3.1. Positionnement et engagement dans la collaboration artistique ....	139
4.3.3.2. Responsabilisation et autonomisation dans l'évolution .....	143
4.3.3.3. Savoir faire des choix.....	145
4.3.4. Les enjeux créatifs .....	147
4.3.4.1. Une verticalité assumée : « se mettre debout » .....	147
4.4. Solo 3 : <i>Brenda</i> .....	150
4.4.1. Les défis techniques.....	151
4.4.1.1. Les connexions articulaires.....	151
4.4.1.2. Le viscéral .....	153
4.4.1.3. Les lâchés articulaires .....	155
4.4.1.4. Le déposé .....	156
4.4.1.5. Le déploiement du geste et la ligne de mouvement .....	157
4.4.2. Les défis relationnels .....	158
4.4.2.1. Des contraintes matérielles : les chaussures à talons et les opticluc .....	158
4.4.2.2. Ma relation à la chorégraphe : la question des affinités.....	160
4.4.2.3. Un processus didactique .....	163
4.4.2.4. Une relation hiérarchisée .....	166
4.4.3. Les enjeux psychologiques .....	169
4.4.3.1. La confusion de mon rôle d'interprète et la validation de mon expérience .....	169
4.4.3.2. Remise en question et recherche d'indépendance.....	171
4.4.3.3. L'émergence du sens de l'expérience dans l'œuvre .....	174
4.4.4. Les enjeux créatifs .....	175
4.4.4.1. La relation gravitaire ou l'espace horizontal de la relation.....	175
4.5. Synthèse des résultats .....	180
CHAPITRE V. DISCUSSION.....	188
5.1. L'expérience du déséquilibre.....	190
5.1.1. Se mettre en mouvement : dialogique équilibre/déséquilibre.....	190
5.1.2. Accepter la gravité : de la contrainte à l'entreprise créatrice.....	194
5.2. Modes de travail en studio et variation des chemins adaptatifs.....	198
5.2.1. De l'œuvre au geste et du geste à l'œuvre .....	198
5.2.2. La relation à la gravité au cœur des défis et des enjeux adaptatifs .....	202
5.3. Dépasser les défis et rencontrer les enjeux : la quête de sens.....	204
5.4. Le pouvoir d'agir et le sens de l'activité .....	207
5.4.1. Partage/compréhension du projet et cohérence.....	210
5.4.2. Reconnaissance .....	214
5.4.3. Autonomie .....	216
CHAPITRE VI. CONCLUSION .....	220
6.1. Retour sur les résultats.....	222
6.2. Perspectives sur le milieu professionnel et la formation préprofessionnelle.....	227
6.3. Et si la recherche se poursuivait... ..	230



ANNEXE A	
AFFICHES DES PRÉSENTATIONS PUBLIQUES .....	232
ANNEXE B	
PROGRAMMES DES SOIRÉES DE PRÉSENTATION PUBLIQUES .....	235
ANNEXE C	
FORMULAIRES DE CONSENTEMENT ÉTABLI ENTRE LA CHERCHEUSE ET KELLY KEENAN, GEORGE STAMOS ET ANNE-MARIE PASCOLI .....	241
ANNEXE D	
EXTRAIT DE MON ANALYSE PRÉLIMINAIRE DE MA RELATION À LA GRAVITÉ .....	244
ANNEXE E	
EXTRAIT DU JOURNAL DE BORD <i>WAYPOINTS</i> .....	246
ANNEXE F	
EXTRAIT DU JOURNAL DE BORD <i>DYSMORPHIC DELICIOUS</i> .....	249
ANNEXE G	
EXTRAIT DU JOURNAL DE BORD DE <i>BRENDA</i> .....	251
ANNEXE H	
EXTRAIT D'ENTREVUE AVEC DIANE LEDUC SUR LE PROCESSUS DE <i>WAYPOINTS</i> .....	254
ANNEXE I	
EXTRAIT D'ENTREVUE AVEC DIANE LEDUC SUR LE PROCESSUS DE <i>DYSMORPHIC DELICIOUS</i> .....	256
ANNEXE J	
EXTRAIT D'ENTREVUE AVEC DIANE LEDUC SUR LE PROCESSUS DE <i>BRENDA</i> .....	259
ANNEXE K	
EXTRAIT D'ENTREVUE AVEC KELLY KEENAN.....	262
ANNEXE L	
EXTRAIT D'ENTREVUE AVEC GEORGE STAMOS .....	264
ANNEXE M	
EXTRAIT D'ENTREVUE AVEC ANNE-MARIE PASCOLI .....	266
ANNEXE N	
VIDÉOS DES SPECTACLES <i>WAYPOINTS</i> , <i>DYSMORPHIC DELICIOUS</i> ET <i>BRENDA</i> .....	268
BIBLIOGRAPHIE .....	269

## LISTE DES FIGURES

<b>Figure 1</b> Croquis du mouvement de ma boule en marbre (Journal de bord <i>Waypoints</i> , 6 janvier 2010) .....	103
<b>Figures 2.1-2.4</b> Photogrammes de la captation vidéo de la performance publique finale du solo <i>Waypoints</i> .....	120
<b>Figure 3</b> Croquis de la connexion tête/coccyx, de l'image du chocolat fondu, des pulsations et de la fleur (Journal de bord <i>Dysmorphic Delicious</i> , 26 mars 2010) ....	127
<b>Figure 4</b> Photographie du costume et d'un accessoire (citron) de <i>Dysmorphic Delicious</i> .....	149
<b>Figure 5.1</b> Croquis de la connexion tête/coccyx et mobilité de la colonne vertébrale entre les deux (Journal de bord <i>Brenda</i> , 24 juin 2010) .....	152
<b>Figure 5.2</b> Croquis des connexions extrémités/centre (Journal de bord <i>Brenda</i> , 24 juin 2010) .....	153
<b>Figure 5.3</b> Croquis de la sensation du poids et du volume viscéral du petit bassin (Journal de bord <i>Brenda</i> , 24 juin 2010) .....	154
<b>Figures 6.1-6.2</b> Photographies de <i>Brenda</i> .....	179
<b>Figure 7</b> Les différents modes de relation dans la triangulation interprète/chorégraphe/œuvre .....	183
<b>Figure 8</b> De l'interprète à l'émergence de l'œuvre dans la rencontre des défis et des enjeux adaptatifs traversés .....	193
<b>Figure 9</b> Schéma de ma compréhension des enjeux créatifs de mon adaptation par la question du sens .....	206
<b>Figure 10</b> Quatre composantes favorisant la création de sens dans mon expérience d'interprète .....	210

## LISTE DES TABLEAUX

<b>Tableau 1</b> Synthèse des étapes de ma collecte de données .....	84
<b>Tableau 2</b> Synthèse de l'analyse préliminaire de ma relation à la gravité .....	101
<b>Tableau 3</b> Tableau synthèse des résultats de l'étude.....	181
<b>Tableau 4</b> Dynamiques relationnelles dans mon processus adaptatif aux trois projets de création .....	187
<b>Tableau 5</b> Les voies attentionnelles de mon adaptation dans les trois processus de création.....	201

## RÉSUMÉ

La présente recherche a pour but de comprendre les défis et les enjeux de mon adaptation comme interprète en danse contemporaine à différents projets chorégraphiques. Cet intérêt est accompagné d'une sous-question importante : comment ma relation à la gravité est-elle engagée dans les défis et les enjeux de cette adaptation? Pour mener cette recherche, j'ai travaillé, de janvier à juin 2010, avec trois chorégraphes sur la création de trois soli originaux : *Waypoints* de Kelly Keenan, *Dysmorphic Delicious* de George Stamos et enfin *Brenda* d'Anne-Marie Pascoli.

Cette étude s'inscrit dans une démarche de recherche post-positiviste constructiviste et utilise une approche heuristique qui permet au praticien/chercheur de plonger personnellement dans l'expérience du phénomène étudié. Les trois processus de création, menant à chaque fois à une performance finale, ont fait l'objet d'une collecte de données de type ethnographique et autoethnographique consistant en des journaux de bord, des entrevues ainsi que des captations vidéo de répétitions et de performances. L'analyse des données a été réalisée grâce à la méthode d'analyse en mode d'écriture (Paillé et Mucchielli, 2012).

Deux types de défis et deux types d'enjeux ont pu être décrits : les défis techniques et les défis relationnels, les enjeux psychologiques et les enjeux créatifs. À travers eux, l'adaptation est apparue comme un processus de déséquilibre pouvant conduire à des moments de crise, surtout lorsque ma relation à la gravité était éloignée de celle demandée par les chorégraphes. J'étais alors amenée à remettre en question non seulement mes habitudes de geste mais également ma relation au monde et à moi-même. Mon processus d'adaptation consistait à résoudre ces périodes de déséquilibre, de manière à entrer dans une étape d'entreprise créatrice. Dans cette optique, l'étude a mis en évidence l'importance du sens (celui de l'œuvre et celui de mon parcours dans le processus de création) comme un élément clé dans la résolution de mon adaptation et dans la possible modulation de ma relation à la gravité. Mettant en relief une nécessaire triangulation équilibrée entre le chorégraphe, l'œuvre et moi-même, quatre éléments sont apparus primordiaux dans cette construction de sens dans mon activité : la cohérence entre, d'une part, le dire et le faire du chorégraphe, et d'autre part, le sens de l'œuvre et le sens de mon expérience dans le processus de création; le partage/la compréhension des valeurs, entre le chorégraphe et moi; la reconnaissance de mon apport dans la création par le chorégraphe; et l'autonomie de mon rapport à l'œuvre. Enfin, si cette étude m'a poussée à m'interroger, inlassablement, sur ce qui

se passait entre les chorégraphes, les œuvres et moi-même, l'ensemble des résultats m'amène à considérer que la pratique d'interprétation en danse est intimement liée à une dynamique complexe d'interrelations à travers lesquelles chaque œuvre peut véritablement émerger.

Mots clés : interprète, danse contemporaine, adaptation, relation à la gravité, création.



## PRÉAMBULE

J'ai commencé la danse très jeune. À 4 ans, déjà, je me retrouvais dans des classes d'éveil à la danse, et à 8 ans, à la suite du spectacle de fin d'année, mon choix était fait : je serais danseuse ! Mon parcours n'a cependant pas suivi le trajet habituel et linéaire des petites ballerines. La danse classique et son cadre, que je trouvais extrêmement rigide (chignon impeccable, juste au corps et collants rose bonbon), m'ennuyaient profondément et me rigidifiaient plutôt qu'ils ne me mettaient en mouvement. J'ai donc suivi des cours en ballet jazz, méthode Matt Mattox, jusqu'à l'adolescence et ce n'est qu'à 16 ans que j'ai découvert la danse contemporaine, à la fois dans le cadre d'ateliers au Lycée et par le biais d'une compagnie nouvellement installée à Aix-en-Provence, ville où j'habitais : le Ballet Preljocaj. Alors que la danse jazz m'avait fait expérimenter le travail des dynamismes du mouvement, de la rythmique, de la coordination et des isolations, je découvrais dans la danse contemporaine la possibilité d'explorer un tout autre éventail de mouvements (entre autres le jeu des courbes avec la colonne vertébrale) et qui, finalement, m'intéressait particulièrement pour le travail de création qui lui était rattaché. J'ai alors multiplié les stages avec différents professeurs, me suis formée plus spécifiquement en danse contemporaine (esthétique Cunningham), et me suis décidée finalement à suivre quelques classes de danse classique, celle-ci apparaissant être un incontournable pour tout aspirant danseur souhaitant acquérir une technique irréprochable. En 2001, j'obtenais un diplôme d'État français de professeur de danse contemporaine et l'année suivante, je passais l'année à prendre des cours au Centre Chorégraphique National de Montpellier. Changeant de professeurs toutes les deux semaines, je découvrais alors autant d'individus uniques que d'approches pédagogiques et gestuelles originales. À la suite de cette année riche en découvertes, j'ai décidé de



venir passer une année à Montréal, année décisive marquant le début de ma carrière professionnelle.

Depuis lors, j'ai eu l'occasion de danser des œuvres de chorégraphes aux univers très contrastés. Alors qu'une pièce exigeait force, endurance, grande précision formelle et dynamisme poussé à l'extrême, une autre demandait un corps extrêmement relâché, jouant sur une présence-absence éthérée et diaphane. À l'intérieur d'une même pièce, j'ai également pu expérimenter la rencontre d'univers disparates, les exigences du chorégraphe jouant alors sur les contrastes même de qualités gestuelles.

Mon parcours professionnel m'a également amenée à interpréter des œuvres aux formats et aux modes de représentation variés, que ce soit dans des performances de danse *in situ* ou encore des pièces alliant danse, théâtre ou vidéo. J'ai dû répondre aux manières de travailler propres à chaque chorégraphe, aux modes de communication utilisés, aux valeurs véhiculées par chacun d'eux, à des corporéités différentes proposant des projets de corps parfois très éloignés les uns des autres, à l'énergie d'autres interprètes aussi. J'ai dû m'adapter à des temps et des espaces de travail différents, à des textures de planchers, à des environnements sonores, à des costumes, etc.

Or si j'ai senti que cette question d'adaptation était, dans chaque projet, remise en jeu, c'est que rien ne semblait jamais acquis. Alors que j'avais pu trouver un rythme de travail, m'intégrer dans une équipe, faire des découvertes sensibles et artistiques dans un processus de création, je me retrouvais à chercher de nouveaux repères, de nouveaux appuis pour le suivant et ainsi de suite. Entre découvertes, résistances et parfois grandes remises en question, je me sentais tour à tour adéquate ou inadéquate aux projets rencontrés, naviguant toujours aux frontières de mes limites techniques et expressives, dans un désir constant de dépassement. Mon adaptation, c'est-à-dire la

nécessité de répondre aux exigences d'un contexte, de chercher à trouver une adéquation possible entre les données de mon environnement et mes propres ressources dans un échange perpétuel d'informations et de réajustements, me semblait ainsi au cœur même de l'exigence de ma pratique.

Je me trouvais confrontée à des défis, défis auxquels je devais répondre pour comprendre et incorporer les œuvres : certains étaient d'ordre technique et concernaient l'exécution du geste, mais d'autres étaient d'ordre contextuel et demandaient une intelligence des situations afin de réagir adéquatement à certaines propositions créatives. Je pressentais également toute l'importance des enjeux qui en découlaient pour moi autant d'un point de vue professionnel – dans mon incorporation du matériel chorégraphique, dans ma capacité à générer du matériel, dans mon sentiment de bien-être au travail – que d'un point de vue personnel, ma vie privée étant très souvent affectée par ce qui pouvait se passer en studio. L'enthousiasme d'une découverte vécue en studio pouvait par exemple me donner une très grande énergie dans mes activités quotidiennes; au contraire, un malaise vécu en processus de création pouvait me conduire à vivre une perte de plaisir ou d'intérêt pour toute autre activité faite en dehors de la sphère professionnelle. Si je souhaite à travers cette thèse poser la question de l'adaptation du danseur à différents projets chorégraphiques, c'est justement dans le but de mieux saisir et expliciter ces défis et enjeux que j'ai pu percevoir de manière intuitive et sensible dans ma pratique.

De ma formation hybride à ma carrière polymorphe, cette question d'adaptation m'a personnellement touchée comme artiste mais a semblé également trouver écho, de manière plus générale, dans le milieu professionnel dans lequel je suis immergée. J'ai en effet pu observer les exigences et la réalité du milieu, qui amènent les danseurs à changer fréquemment d'équipe et de contexte de travail, provoquant un phénomène de nomadisme chez ces artistes, qui restent rarement avec la même compagnie toute

leur carrière (Regroupement québécois de la danse (RQD), 2011; Sorignet, 2010). Les danseurs doivent donc s'adapter en permanence à de nouveaux collègues de travail, à de nouveaux lieux, à de nouvelles méthodes de création, à de nouveaux imaginaires. Dans la littérature spécialisée, on retrouve également différents qualificatifs afin de décrire la multiplicité des corps dansants aujourd'hui : corps hybrides (Louppe, 1996), corps éclectiques (Davida, 1993), corps disparates (Febvre citée par Louppe, 2004) ou encore corps pluriels (Martin, 2008). Mais encore une fois, quels sont les défis et les enjeux de cette multiplication des expériences vécues par les interprètes? L'adaptation pouvant être comprise comme un espace transactionnel entre soi et le monde, qu'est-ce qui se joue dans cette relation du danseur à son environnement qui soit à réinventer en permanence?

Par ailleurs, conjointement à mes questionnements sur l'adaptation, j'ai noté, tout au long de mes années en formation et en contexte professionnel, que la région du bassin semblait prendre une place prépondérante dans ma pratique. J'ai en effet souvent entendu mes enseignants me corriger pour que je sente le poids dans cette région, indication qui m'a par la suite suivie dans ma pratique d'interprète. Mais qu'est-ce que cela voulait dire? Ces corrections, bien que répétées, n'ont jamais réellement abouti, à mon sens, à un résultat complètement satisfaisant dans ma façon de danser. Cependant, ils ont contribué à susciter chez moi un questionnement récurrent quant à ma relation à la gravité. En effet, en tant qu'agent de liaison incontournable entre le travail des jambes et celui du tronc, point central dans l'alignement et les connexions corporelles, dans la stabilité et la mobilité, et enfin dans les transferts de poids, ma préoccupation sur la région du bassin semblait me renvoyer sans cesse à la question de ma relation à la gravité, c'est-à-dire à ma capacité de varier les possibles relations existantes entre chaque zone de moi-même en fonction de mon rapport à la force de pesanteur. Or cette question de la gravité ne semble pas anodine en danse contemporaine. Alors que la danse classique, forte d'une tradition de plusieurs

siècles, a érigé la ballerine en haut de ses pointes et fait d'elle un être éthéré et merveilleux, fantasme de légèreté et d'élégance, au contraire la danse moderne, apparue au début du XX<sup>e</sup> siècle, reconnaît le poids du corps dans son sens aussi bien métaphysique que physiologique. Entre le jeu de la chute et le fameux saut de Nijinski, la danse contemporaine explore le vaste champ de la relation existante avec la gravité comme principe fondateur de l'élaboration du geste (Laban, 1994; Louppe, 2004). En danse moderne puis contemporaine, on ne parlera donc plus d'un projet de corps unique, mais d'une multiplicité de projets de corps, chaque chorégraphe développant un vocabulaire gestuel unique variant toutes les possibilités de sa relation à la gravité.

Cependant, au-delà d'une recherche esthétique du geste, la relation à la gravité apparaît également porteuse d'une signature personnelle, expression d'un certain rapport au monde et à soi-même (Godard, 1995; Launay et Roquet, 2008; Strauss, 2004). Ainsi, alors que mes recherches théoriques m'ont conduites depuis 2005 à mieux comprendre l'ancrage personnel, social et culturel de la relation à la gravité, je me suis toujours demandée dans ma pratique jusqu'à quel point je pouvais réellement la varier. Abordant cette thèse avec la conviction que toute la complexité du travail de la relation à la gravité irait bien au-delà d'un simple réajustement corporel, mais impliquerait également toute une relation au monde et à moi-même, je cherche à savoir comment je peux, à chaque nouveau projet de création, remettre en jeu ce qui me constitue aussi profondément. Quels seraient les enjeux physiques et psychologiques d'une telle remise en question de ma relation à la gravité? Comment mon point de vue dans et sur le monde en serait-il affecté? La mise en lien que je souhaite faire dans cette thèse entre l'adaptation et la relation à la gravité s'apparenterait à une hypothèse de travail, ces questions me faisant d'ores et déjà pressentir un lien étroit existant entre mon adaptation comme gestion de mon rapport à l'environnement et ma relation à la gravité comme expression même de ce rapport.



Aussi, dans le travail en studio, comment la relation à la gravité est-elle véritablement engagée dans ce processus d'adaptation à un univers chorégraphique? La question reste encore à être explicitée.

## CHAPITRE I

### INTRODUCTION

#### 1.1. But de l'étude et question de recherche

Le travail de l'interprète est complexe, délicat et difficile à saisir, car il se situe dans l'unicité de l'expérience sensible, mais également dans l'infini possible des rencontres qui traversent son parcours. À travers la présente recherche, je souhaite contribuer, à ma façon, à l'élaboration d'une compréhension toujours plus fine de ce qui nourrit et constitue cette pratique de l'interprétation en danse. Je m'inscris dans mes recherches universitaires comme une praticienne/chercheuse. Lors de mon projet de maîtrise, dans lequel j'analysais l'expérience de quatre interprètes, dont moi-même, j'avais apprécié la force d'une démarche autoréflexive qui m'avait permis de développer une compréhension sensible du phénomène de la présence, puisque je l'avais moi-même expérimenté et incorporé. Ainsi, pour cette recherche doctorale, j'ai décidé de poursuivre mes investigations au « je ». Cette recherche se basera donc sur ma propre pratique d'interprétation en danse. Il s'agira pour moi de dégager un processus réflexif de ma pratique, cherchant à transformer une connaissance implicite en savoir explicite. Ma recherche est motivée par le besoin de constituer un savoir, plus spécifiquement un savoir praxique correspondant à une réflexion-théorisation du savoir pratique (Van der Maren, 1995). Pour le formuler autrement, je pourrais également dire que mes recherches m'amènent sur le terrain de la poïétique, c'est-à-dire de l'étude du faire de l'artiste telle que la décrit Passeron (1996), sans néanmoins omettre les influences réciproques du danseur sur l'œuvre et de l'œuvre sur le danseur ni l'importance du contexte de l'acte de création.



À la lumière de mes questionnements personnels exposés dans le préambule, je m'intéresse plus particulièrement à la compréhension des défis et des enjeux sous-jacents à mon adaptation à différents processus de création.

Les défis, tout d'abord, suggèrent pour moi toute l'exigence du travail de l'interprète. Pour mieux saisir l'emploi de ce terme, je mentionnerai ici la définition que lui donne le *Trésor de la langue française informatisé* (Centre national de ressources textuelles et lexicales (CNRTL), 2012) : « incitation à la réalisation d'une chose difficile; réponse à une telle situation ». Le dictionnaire *Petit Robert électronique* (Robert, Rey-Debove et Rey, 2014) précise de son côté : « obstacle extérieur ou intérieur qu'une civilisation doit surmonter dans son évolution ». De façon personnelle, j'ai toujours perçu mon travail de danseuse comme une pratique à obstacles; je me suis toujours questionnée sur mes compétences et sur ce que je pouvais offrir dans la création. Si le terme « défi », par son origine étymologique (il est issu du latin *fides*), renvoie à la notion de « foi, confiance, loyauté », il fait écho à mon expérience professionnelle, dans laquelle j'ai souvent ressenti une mise à l'épreuve de ma confiance en moi et de l'activité dans laquelle j'étais engagée. Les défis renvoient ainsi pour moi aux différentes difficultés, de toutes sortes, que le danseur peut rencontrer en situation de création, difficultés auxquelles il doit faire face et qui demandent une recherche de solutions afin d'accéder à l'interprétation d'une œuvre.

Ensuite, si l'adaptation fait écho aux difficultés rencontrées sur le chemin, elle m'amène également à envisager les enjeux qui lui sont sous-jacents, c'est-à-dire ce qui se joue à travers elle dans la création d'une œuvre, ce qui est mis « en-jeu » pour l'interprète. Un enjeu peut être compris comme « ce que l'on peut gagner ou perdre dans n'importe quelle entreprise » (CNRTL, 2012). Il s'agira, pour ma part, de saisir ce qui doit être en effet laissé de côté ou abandonné au cours du processus adaptatif de l'interprète, mais également ce qui peut être découvert et développé. Investiguer

les enjeux de l'adaptation me conduira, je l'espère, à une meilleure compréhension de ce qui se trame dans cette relation du danseur à son environnement, touchant à la place de l'interprète dans la création et ainsi à la question de l'interprète-créateur, qui a déjà été abordée à plusieurs reprises dans la littérature spécialisée en danse (Gravel, 2012; Newell, 2007) mais qui reste encore un sujet fort débattu dans le milieu professionnel, comme en témoigne le blogue de la danseuse québécoise Catherine Viau : *Le danseur ne pèse pas lourd*<sup>1</sup>.

Par ailleurs, un deuxième objectif de recherche viendra nourrir ma réflexion sur l'adaptation. Je cherche plus précisément à comprendre comment ma relation à la gravité, qui est en jeu dans la recherche de corporéité(s) spécifique(s) à chaque œuvre traversée, est engagée dans les défis et les enjeux de mon adaptation.

Pour résumer, ma question de recherche s'articulera ainsi : *Quels sont les défis et les enjeux de mon adaptation à différents projets chorégraphiques?* Cette question de recherche sera accompagnée d'une sous-question importante, qui porte une hypothèse de travail : *Comment ma relation à la gravité est-elle engagée dans les défis et les enjeux de mon adaptation à différents projets chorégraphiques?*

## 1.2. État de la question

Pour envisager les deux pôles de mon questionnement de recherche, soit l'adaptation et la relation à la gravité, je ferai dès à présent un examen de l'état de la question. Après un bref panorama général sur le concept d'adaptation dans différents domaines de recherche, j'examinerai de plus près les exigences du métier de danseur, lequel est

---

<sup>1</sup> <http://ledanseurnepesepaslourd.com/>

amené à changer fréquemment de projet de création, donc de contexte de travail. Je m'attarderai à la notion de polyvalence, très populaire dans le milieu professionnel, qui témoigne d'un questionnement commun au concept d'adaptation, mais qui pourtant s'en éloigne à différents égards. Je m'intéresserai alors au point de vue des interprètes eux-mêmes, qui semblent s'éloigner de préoccupations purement techniques pour mettre, au cœur de leur pratique, non seulement des enjeux artistiques, mais également des enjeux personnels de développement et d'écoute de soi.

Je dirigerai par la suite l'examen de l'état de la question vers la relation à la gravité. Je discernerai tout d'abord les nuances d'une terminologie multiple employée par différents auteurs dans différentes disciplines. Je retracerai par la suite son inscription dans l'histoire de la danse moderne, pour enchaîner par un examen de son traitement par les danseurs contemporains aujourd'hui. J'aborderai alors la question de la signature gestuelle de chaque danseur et de l'importance de l'imaginaire dans la stimulation de nouvelles relations possibles à la gravité. Je terminerai enfin ce tour de l'état de la question en envisageant sa mise en jeu multiple dans la création chorégraphique contemporaine.

### 1.2.1. Panorama général sur l'adaptation

L'adaptation est un concept large. Il recouvre tout d'abord le domaine de la biologie, dont il est issu, posant la question du développement ontologique des individus dans un certain contexte et celle du développement phylogénétique des espèces, c'est-à-dire de leur évolution à travers le temps (Darwin, 1973; Lamarck, 1994). L'adaptation est une question centrale dans toutes les recherches scientifiques qui, s'intéressant au développement des organismes vivants, proposent une réflexion philosophique, voire métaphysique, sur le développement de la vie, de ses origines à sa finalité. Par

ailleurs, au courant du 20<sup>e</sup> siècle, la question de l'adaptation apparaît au cœur des théories portant sur l'auto-organisation des systèmes vivants, qui se développent avec la physique, puis la cybernétique, jusqu'à devenir une problématique essentielle du champ de la systémique et des théories de la complexité (Atlan, 1979; Le Moigne, 1984; Morin, 2008). L'auto-organisation, comprise comme la capacité d'un système à s'organiser de manière autonome vis-à-vis des perturbations imposées par son milieu, invite ainsi à penser l'adaptation comme un processus d'émergence de nouvelles propriétés d'un système à partir de la réorganisation de ses différents éléments entre eux. Enfin, en psychologie, l'adaptation pose la question des enjeux identitaires de l'individu dans son environnement, tout en ouvrant sur la question de l'apprentissage et de l'acquisition de nouvelles connaissances adaptées à un nouveau contexte. Entre assimilation et accommodation, pour reprendre les notions développées par le psychologue et biologiste Jean Piaget (1967), l'adaptation constitue un processus d'équilibration permanent entre ce que l'individu est et connaît et ce que son environnement lui propose ou lui impose.

De par son origine étymologique, le mot « adaptation », du latin *adaptare*, qui signifie « ajuster à » et se rattache à la famille étymologique de *copula* (« lien, chaîne, union »), nous renvoie à l'idée de mise en lien entre une chose et une autre. Cette étymologie invite dans ce sens à penser l'adaptation comme la relation qui unit l'individu à son environnement dans une recherche d'équilibre et d'adéquation entre les besoins et les ressources de chacun. Aussi, si l'adaptation interroge les rapports des êtres vivants avec leur environnement, il s'agit de comprendre que les deux sont en perpétuelle évolution à travers le temps, donc de considérer non seulement leur adaptation, mais également leur réadaptation incessante, dans une dynamique processuelle infinie.

Si la question de l'adaptation dans différents domaines de recherche sera abordée plus précisément dans le chapitre des repères théoriques, je présenterai ici, dans l'état de la question, comment elle peut s'inscrire dans les exigences même de la pratique des danseurs contemporains.

### 1.2.2. L'adaptation de l'interprète en danse contemporaine

#### 1.2.2.1. Exigences du métier

Le métier de danseur est exigeant et difficile. Dans une étude réalisée par le Regroupement québécois de la danse sur la situation des interprètes en danse (RQD, 2011), de nombreuses difficultés ont été soulevées par les acteurs du milieu, dont l'absence de stabilité et de sécurité financière, des conditions salariales peu élevées et la saturation du marché (peu d'emploi disponibles). À la suite de l'examen d'études conduites au Canada et à l'étranger, les chercheuses en danse Sylvie Fortin, Sylvie Trudelle et Geneviève Rail (2008) étaient ce constat en rajoutant que 70 à 80 % des danseurs connaissent des blessures au cours de leur carrière, blessures physiques aussi bien que psychologiques, qui sont d'autant plus difficiles à gérer que le dévouement et les sacrifices faits pour ce métier de passion sont grands. Par ailleurs, l'étude du RQD (2011) montre que les trois quarts des interprètes en danse au Québec œuvrent à titre de travailleur autonome, changeant régulièrement d'employeur. Sur une période de douze mois, 25 % des danseurs interrogés avaient travaillé avec 2 chorégraphes, 30 % avec 3 à 4 chorégraphes et 11 % avec 5 chorégraphes et plus. Les durées des contrats sont réduites en raison de la baisse des subventions pour les périodes de création. Les danseurs doivent donc cumuler divers contrats, y compris, souvent, des activités connexes, afin de s'assurer un salaire décent, comme le précise l'éditorial du numéro 119 du magazine *Jeu* consacré à la danse (2006) :



Ce qui caractérise le milieu de la danse est le cumul des activités et des engagements professionnels qui fragilisent les artistes : « Ces artistes dont le corps est le principal outil de travail, doivent travailler beaucoup pour espérer un niveau de rémunération acceptable » (Groupe DSBF, 2000). (Gagnon, 2006, p. 7)

En France, la situation est similaire. Une étude révèle que sur les 5000 danseurs recensés en France, 4500 sont en contrat de travail à durée déterminée et ont un statut d'intermittent du spectacle (Ministère de la culture et de la communication, 2003). La majorité des danseurs ont donc successivement, voire simultanément, plusieurs employeurs au cours d'une même année. De plus, on voit également apparaître dans le paysage professionnel du Québec et d'ailleurs des compagnies de répertoire dont les danseurs sont réguliers, mais dont les chorégraphes changent à chaque projet. On peut citer entre autres, à Montréal, la compagnie Montréal Danse, mais également le collectif Échine Dõ ou encore la compagnie Mandala Sitù. L'expérience du danseur travaillant pour un même chorégraphe pendant de longues années est plutôt rare.

Par ailleurs, alors que l'on voit que la pratique des interprètes se diversifie en fonction du nombre de chorégraphes plus ou moins élevé avec lesquels ils travaillent, on peut également constater que leur entraînement est tout aussi varié. Par exemple, les danseurs au Québec non seulement s'entraînent en ballet classique et en contemporain, mais font aussi du Pilates, du conditionnement physique, du yoga, diverses formes d'éducation somatique<sup>2</sup> et d'autres activités (le breakdance, la natation, le vélo, la gymnastique, le flamenco, la gigue, le cirque, la gyrokinesie, le Qi

---

<sup>2</sup> « Champ disciplinaire émergent d'un ensemble de méthodes qui ont pour objet l'apprentissage de la conscience du corps en mouvement dans l'espace. Sont généralement reconnus comme méthodes d'éducation somatique : la méthode Feldenkrais de M. Feldenkrais, la technique Alexander de F. M. Alexander, l'Eutonie de G. Alexander, la Gymnastique Holistique du Dr Ehrenfried, le Body-Mind Centering de Bonnie Bainbridge Cohen, les Bartenieff Fundamentals d'I. Bartenieff. Font aussi partie de cette famille : l'analyse fonctionnelle du corps dans le mouvement dansé, l'Ideokinesis de Mabel E. Todd et Lulu Sweigard, de même que de nombreuses autres approches se réclamant du travail avec le corps conscient » (Le Moal, 2008).



Gong) (RQD, 2011). Cette multiplication des pratiques d'entraînement semble correspondre à la nécessité pour les danseurs d'être performants et polyvalents dans un contexte de création où la concurrence est rude et où ils doivent intégrer des projets de création extrêmement divers, et cela dans un laps de temps parfois très court. Pierre-Emmanuel Sornet (2004), danseur et sociologue, montre, dans un article sur les auditions en danse, comment chaque chorégraphe a des exigences différentes en fonction de la technique demandée et comment le danseur doit alors multiplier ses talents afin d'augmenter ses chances d'employabilité :

Tel chorégraphe exigera une technique classique sans faille, alors que tel autre insistera principalement sur la capacité à se mouvoir au sol ou recherchera des physiques et des « personnalités » spécifiques pour représenter un des aspects de son travail scénique. Ainsi chaque audition remet-elle en jeu des critères de sélection à la fois semblables et différents : semblables par la base commune d'exigences (niveau requis dans une technique spécifique), différents selon le type de compétences exigées par l'écriture chorégraphique. (p. 77)

En plus de souligner la question de l'employabilité dans un contexte difficile, cette citation met en lumière une autre exigence à laquelle les danseurs font face : celle de l'explosion des pratiques de création chorégraphique contemporaine. En effet, la danse contemporaine se caractérise par la recherche particulière que chaque chorégraphe souhaite engager dans son œuvre, se dégageant (autant que faire se peut) des codes préétablis. Autant de chorégraphes il y aura, autant d'approches gestuelles pourront se développer, approches qui aujourd'hui peuvent même inclure un métissage de pratiques diverses, l'interdisciplinarité étant au cœur de la création contemporaine, comme le soulignent les chercheuses en danse Betty Lefèvre et Magali Sizorn (2004). Quoi qu'il en soit, il est certain que les danseurs contemporains ont un défi de taille à relever aujourd'hui : celui d'être polyvalent et de développer leur adaptabilité à tous les types de projet chorégraphique.

### 1.2.2.2. Adaptation et polyvalence

Sorignet (2004) souligne l'exigence d'adaptation qui pèse sur le danseur dans un contexte d'audition mais que l'on pourrait appliquer également à tout processus de création :

« L'intelligence corporelle » qui est demandée au danseur pour pouvoir passer les différentes étapes de l'audition est adaptative au sens où le danseur doit pouvoir se fondre, dans l'idéal, dans la technique corporelle qui lui est proposée et doit intuitivement anticiper les attentes du chorégraphe. (p. 76)

Pourtant, en parcourant la littérature spécialisée en danse et en fréquentant assidûment le milieu professionnel, je me suis aperçue rapidement que le terme « adaptation » n'est pas utilisé très souvent dans le milieu de la danse contemporaine, que ce soit dans les centres de formation ou dans l'univers de la création. On retrouve davantage celui de « polyvalence » qui, de son côté, semble très populaire dans le milieu. Or, adaptation et polyvalence semblent très proches puisque ces deux termes impliquent la capacité du danseur à pouvoir interpréter différents rôles et styles de danse aux exigences disparates. Cependant, alors que la polyvalence renvoie à une compétence, celle de pouvoir danser une variété de styles établis, l'adaptation est quant à elle davantage reliée à un processus, indiquant la recherche d'adéquation à un univers chorégraphique. La popularité du concept de polyvalence peut être observée lorsque l'on s'attarde, entre autres, aux préoccupations des centres de formation des danseurs. À Montréal, l'École de danse contemporaine (2014) propose d'insister sur la « polyvalence d'interprétation » des élèves, alors que le département de danse de l'UQAM (2014) tente de développer chez ses élèves « un style d'interprétation et une polyvalence d'expression ». À l'international également, la polyvalence (ou *versality* en anglais) apparaît dans plusieurs descriptifs de programme de formation pré-professionnelle, par exemple à l'Université d'état de Wright, dans l'Ohio (Wright

State University, 2014), à la Meadows School of the Arts au Texas (Southern Methodist University, [s. d.]), ou encore à l'Université Unitec en Nouvelle-Zélande (Unitec Institut of Technology, 2013). Utiliser le terme « polyvalence », ce serait laisser entendre que le danseur acquiert dans sa formation et au cours de sa carrière un certain nombre d'habiletés ou de techniques qu'il peut par la suite appliquer dans différents contextes de création et situations d'interprétation. En effet, du grec *polloi* signifiant « plusieurs » et du latin *valens* signifiant « valoir », le mot « polyvalence » indiquerait que le danseur multiplie ses habiletés lui permettant de répondre à des demandes très diverses. Dans ce sens, la chercheuse en danse Isabelle Launay et le danseur et chorégraphe Boris Charmatz (2003) soulignent qu'il est aujourd'hui admis que « plus le danseur sera habile en classique, en contemporain, en acrobatie, etc., plus il sera en mesure de répondre à toutes les propositions artistiques qui s'offriront à lui sur le marché de l'art chorégraphique » (p. 60). Cependant, la notion d'« adaptation » semble amener une nuance qui me paraît essentielle dans le travail du danseur : celle d'évolution et de changement. En effet, alors que la notion de polyvalence propose une application de techniques apprises dans une situation donnée, donnant une vision prédéterminée des compétences de l'interprète, la notion d'« adaptation » implique une modification du sujet et de son environnement pour créer quelque chose de nouveau à partir de ce qui était. La définition du *Petit Robert* l'indique bien : « Action d'adapter ou de s'adapter; modification qui en résulte » (Robert, Rey-Debove et Rey, 2014). On parle d'ailleurs d'« adaptation » dans le cas d'une pièce de théâtre : « Traduction très libre d'une pièce de théâtre, comportant des modifications nombreuses qui la mettent au goût du jour » (Robert, Rey-Debove et Rey, 2014). Pour cette raison, j'ai choisi de ne pas utiliser le terme plus fréquemment employé de « polyvalence » et opté davantage pour celui d'« adaptation », qui me semblait plus englobant dans son acception et plus ouvert sur une conception évolutive du danseur réagissant constamment à son environnement. En effet, l'adaptation ne présupposerait pas seulement une acquisition de nombreuses techniques mais bien plutôt la capacité du danseur à se surprendre dans un échange

entre, d'une part, ce qu'il est, ce qu'il sait et ce qu'il connaît, et d'autre part, ce que le contexte de création lui propose, y compris les idées d'évolution, de modification et de changement propre au métier de danseur.

Afin de répondre à cette exigence de polyvalence mise de l'avant par plusieurs centres de formation, on retrouve une « collection de techniques », pour reprendre les termes de Launay et Charmatz (2003). La notion de « pluridisciplinarité »<sup>3</sup> est proposée comme une possible réponse à cette exigence du métier, comme on peut le voir dans la brochure du Conservatoire National Supérieur de Paris : « L'évolution du paysage chorégraphique national et international nécessite aujourd'hui une plus grande pluridisciplinarité de la part des danseurs interprètes » (cité dans Harbonnier-Topin, 2009, p. 19). Le programme de l'Université York (2014) à Toronto est un bon exemple de cette ouverture de la formation vers tout un éventail de techniques. On y trouve bien évidemment des cours de classique et de danse moderne, mais aussi des stages complémentaires de jazz, de claquettes, ainsi que de danse africaine, chinoise, indienne, etc. Sorignet (2004) mentionne de son côté que les danseurs français demandent également cette pluriformation dans des stages et des perfectionnements professionnels avec, par exemple, des cours de cirque, d'acrobatie ou encore d'arts martiaux. Il ajoute que ces formations « permettent au chorégraphe de disposer de danseurs polyvalents qui apprennent vite et sont rapidement opérationnels par rapport aux exigences de la production chorégraphique » (p. 70). Mais la question ici est de savoir jusqu'à quel point un danseur peut incorporer tous ces types de techniques. À partir d'une étude réalisée en Angleterre, de septembre 2005 à juin 2007, et impliquant 205 danseurs, les chercheuses Helen Thomas et Jen Tarr (2009) soulignent que cette exigence engendrerait des risques pour la santé des danseurs, qui seraient alors davantage susceptibles de se blesser. Basés sur des questionnaires, des

---

<sup>3</sup> J'entends par pluridisciplinarité la juxtaposition de différentes techniques, chacune d'elles étant pratiquée indépendamment des autres.



entrevues semi-structurées et des exercices de cartographies en trois dimensions du corps, les résultats de l'étude sont éloquentes :

Analysis revealed a relationship ( $p < 0.05$ ) between the number of techniques a dancer was working in and the likelihood that he or she was currently injured (Table 8). This suggests that the greater the number of techniques a dancer is working in, the more likely she is to be currently injured. Nineteen percent of participants working in one technique were currently injured, compared with 33% of those working in two techniques; 31% in three techniques; 47% in four techniques; 40% in five techniques; 43% in six techniques, and 100% of those working in seven techniques. (p. 54-55)

Ce constat remet en question la capacité du danseur à réellement tout maîtriser et pose la polyvalence comme un enjeu qui dépasse les seules préoccupations esthétiques du métier.

Par ailleurs, parallèlement à cette vision pluridisciplinaire de la formation, un paradoxe perdure : dans toutes les formations sont intégrés des cours de ballet, la danse classique ayant été considérée pendant longtemps comme la seule technique qui pouvait rendre l'interprète capable de tout danser (Copeland, 2000). Comme le précise Andrée Martin (2006), spécialiste en esthétique de la danse, on peut alors se demander si, « sous des allures de modernité », la danse contemporaine ne reproduirait pas en fait le modèle directement hérité de la danse classique. D'un côté, les formations conservent le ballet comme une base incontournable de l'acquisition de la technique de danse et d'un autre, elles proposent une panoplie de cours divers. Cependant, Glenna Batson (2008), physiothérapeute et éducatrice somatique, met en relief une tendance qui sous-tendrait l'enseignement de la danse en général : « Our methods have been more about imitation than exploration and self-selection, more about adopting or imposing a posture than training adaptative capabilities » (p. 141). Ainsi, la formation actuelle du danseur fait l'objet de nombreuses critiques dans le



milieu professionnel. Jean-Marc Adolphe (Bonvin, 2002), directeur de la revue *Mouvement* et conseiller artistique du Théâtre de la Bastille à Paris, déplore ce collage de techniques proposé dans les écoles :

Certaines écoles qui forment des danseurs dits « contemporains » essaient d'inculquer un maximum de choses à leurs élèves, cela dans un laps de temps relativement court. [...] On essaie de donner « un peu de tout » aux interprètes en formation. [...] Former des « artistes complets » (cette expression serait en elle-même à discuter), ce n'est pas les amener à pouvoir zapper d'une technique à l'autre. C'est les inciter à trouver les clés de leur propre créativité.

Isabelle Ginot (2004), chercheuse et professeure au département de danse l'Université Paris 8, explique quant à elle que la transdisciplinarité<sup>4</sup> serait à aborder comme une « cartographie non des genres esthétiques, mais des “espaces de geste” accessibles à un sujet danseur, des frontières étanches ou poreuses qui en tracent l'histoire » (p. 184). La technique apprise n'est pas la plus importante. Ce qui compte c'est ce que l'on en retire, ce que l'on acquiert comme expérience de soi-même à travers le geste. Ces nouvelles approches de formation souhaitent développer chez le futur danseur le sens de l'exploration et de la découverte et se rapprochent davantage du développement de la qualité adaptative du danseur. En outre, on voit depuis les années 90 un intérêt croissant pour les pratiques d'éducation somatique (Feldenkrais<sup>5</sup>, Alexander<sup>6</sup>, Body-Mind Centering<sup>7</sup>, etc.) qui mettent de l'avant le travail de la conscience à travers le mouvement. Selon Sylvie Fortin (1996), professeure au

---

<sup>4</sup> La transdisciplinarité, contrairement à la pluridisciplinarité, est perçue comme « ce qui *est* à la fois *entre* les disciplines, *à travers* les différentes disciplines et *au-delà* de toute discipline. Sa finalité est la *compréhension du monde présent*, dont un des impératifs est l'unité de la connaissance » (Nicolescu, 1996).

<sup>5</sup> Méthode d'éducation somatique créée par le physicien et judoka Moshe Feldenkrais.

<sup>6</sup> Méthode d'éducation somatique créée par l'acteur australien Frederick Matthias Alexander.

<sup>7</sup> Méthode d'éducation somatique élaborée par Bonnie Bainbridge Cohen, danseuse, chercheuse et thérapeute américaine.

département de danse de l'UQAM et praticienne Feldenkrais, les pratiques somatiques « insistent sur l'importance de l'information intrinsèque pour explorer les chemins par lesquels le mouvement circule, ce qu'il éveille dans l'imaginaire de chacun et les émotions qui lui sont rattachées » (p. 24). D'autres pans de la formation de l'interprète visent ainsi à harmoniser le savoir-être de l'interprète à son savoir-faire afin de développer avant tout des artistes sensibles qui sauront s'adapter à de nombreux processus de création et renouveler leur pratique. La technique est alors au service du danseur et non l'inverse.

#### 1.2.2.3. Point de vue d'interprètes professionnels

Si la recherche de la polyvalence semble être une préoccupation dans le milieu de la formation, elle se décline en d'autres mots chez les interprètes professionnels qui œuvrent depuis plusieurs années avec divers chorégraphes. Il faut bien évidemment s'adapter au « marché ». Comme je l'ai relevé précédemment, on note une variété de stages et de formations qui diversifient l'expertise des danseurs. Cependant, on retrouvera davantage dans les paroles d'interprètes la question de l'enjeu créatif de ce métier et l'importance de la découverte plutôt que la polyvalence des techniques à maîtriser. Ce qui importe n'est pas la polyvalence mise au service d'une œuvre, mais le processus vécu dans la création de celle-ci :

Pourtant, la technique, qui recouvre la majeure partie des enjeux du « devenir-danseur » dans les écoles, devient secondaire aux yeux des interprètes professionnels : « Ce n'est pas une question de maîtrise technique, mais de projet : comment le travail se passe avec le chorégraphe, comment il nous amène sur un terrain inhabituel. Tout est possible, avec ou sans technique, si un travail en profondeur a pu avoir lieu avec le chorégraphe [...] Ce n'est pas une question de technique, c'est une question de travail artistique ». (Ginot, 2004, p. 187).

À condition qu'un minimum de technique ait été acquis par l'interprète, c'est donc au cœur de la relation avec le chorégraphe que semble véritablement se nouer la question de son adaptation à un projet artistique : comment le chorégraphe mène les répétitions, la clarté de ses indications, la teneur de ses gestes et de ses propos afin de transmettre son matériel ou de le générer. Les danseurs sont dévoués au chorégraphe et à son projet, comme ont pu le démontrer Fortin, Trudelle et Rail (2008) dans une étude sur la santé en danse réalisée à partir d'interviews de 20 interprètes montréalais. Ils veulent satisfaire le chorégraphe et correspondre à ce qu'il veut voir. Ainsi, une grande part de l'adaptation du danseur reposerait sur son adaptation aux chorégraphes avec qui il collabore. Dans une étude ethnographique réalisée à Montréal et s'intéressant aux rôles des danseurs dans les processus de création, Pamela Newell (2007), chercheuse et danseuse, précise que certains danseurs ont conscience de faire appel à certaines de leurs qualités, différentes en fonction de chaque projet :

For Lucy, the identity she negotiated was very much defined in terms of what she sees as relevant to the context, to the choreographer's desires. She is aware that she can bring different selves to a process and, with each new work, she takes responsibility for discerning which self is appropriate to the aesthetic. (p. 145)

La question de l'identité de l'interprète est alors posée : quelle facette de lui-même le danseur va-t-il mettre de l'avant ou développer dans tel ou tel projet chorégraphique?

Il n'est alors pas étonnant d'entendre, de la part des interprètes, l'affirmation selon laquelle le travail au sein d'une compagnie ou d'un projet fait partie de leur formation et de leur développement à la fois professionnel et personnel. C'est ce que les danseurs de la compagnie de Lia Rodriguez mentionnaient à Monica Dantas (2008) dans le cadre d'une recherche doctorale. À chaque projet, le danseur souhaite apprendre, se découvrir, évoluer, modifier d'une manière ou d'une autre sa manière de danser, de se tenir, de se positionner. Bien au-delà de la simple acquisition

technique, les danseurs font référence à un développement personnel, les frontières entre le professionnel et l'intime ne pouvant ici être dessinées clairement. Par ailleurs, bien que la relation avec le chorégraphe soit essentielle, les danseurs témoignent de l'importance d'un travail de conscience qui les amène à se découvrir chaque jour autrement, donc de l'importance de leur connaissance d'eux-mêmes.

En entrevue, il (Jamil) déclare que « [...] le chemin pour rentrer à l'intérieur de soi et se connecter avec ses parties et les connecter entre elles, on ne le découvre que seul ». Jamil reconnaît qu'il peut être guidé par quelqu'un mais : « [...] la façon dont je vais me centrer sur l'appui de mon occipital, de mes omoplates, de mon sacrum, c'est seulement moi qui le sais; et c'est seulement moi qui sait [sic] comment le faire chaque jour, car chaque jour, c'est différent. » (Dantas, 2008, p. 202)

On peut noter ici que la préoccupation de Jamil repose sur ses connexions corporelles et sur la manière dont il se centre sur tel appui ou telle partie du corps. Ce commentaire montre à quel point le travail du danseur est intérieur et personnel. Il ne s'agit pas seulement d'être à l'écoute du chorégraphe, mais aussi d'être à l'écoute de soi. Le danseur semble donc jouer en permanence sur la pluralité de ses expériences et des influences internes et externes qui construisent, jour après jour, l'individu et l'artiste qu'il est.

### 1.2.3. La relation à la gravité

#### 1.2.3.1. Terminologie multiple

Si l'adaptation a fait l'objet de grands débats dans de nombreuses disciplines mais très peu en danse, la relation à la gravité est, de son côté, un sujet privilégié pour les artistes en danse. On retrouvera alors, dans la terminologie employée, la notion de « poids », comprise non pas comme simple masse ou « mesure de la force due à

l'application de la pesanteur sur les corps matériels » (Robert, Rey-Debove et Rey, 2014), mais comme sensations et comme « perception du poids d'un être en mouvement, en perpétuelle adaptation aux lois de la gravitation » (Roquet, 2002).

Rudolf Laban, danseur, chorégraphe, pédagogue et théoricien de la danse, a donné, dans sa théorie d'analyse du mouvement et plus particulièrement dans sa théorie de l'Effort<sup>8</sup>, une place essentielle au facteur « poids », mis en relation avec les autres facteurs (« temps », « espace » et « flux ») (Laban, 1994). Ce facteur « poids » s'exprime dans la qualité de tension du système musculaire, que ce soit l'abandon le plus relâché ou la résistance la plus extrême, correspondant à deux attitudes vis-à-vis du mouvement : « Indulging in » et « Fighting against » (Moore, 2009, p. 144). Pour mieux comprendre ces deux relations possibles à la gravité d'après Laban, je citerai ici la chercheuse américaine Carol-Lynne Moore, qui utilise de manière intéressante le terme « Pressure » pour faire référence au facteur « poids » :

The effort factor of pressure involves varying attitudes towards physically exerting force and using one's weight to have an intentional impact on the environment. There are two contrasting ways to apply force in movement—one may utilize body weight and muscle power resolutely by increasing pressure, or may achieve delicate yet persistent impact by decreasing pressure. In movements of increasing pressure, the power of muscular resistance is used to produce a powerful exertion. [...] On the other hand, in movements of decreasing pressure “a feeling of intensive lightness and relaxed buoyancy is experienced” and “muscular relaxation prevails”. (Moore, 2009, p. 146)

Je note dans cette citation l'intentionnalité sous-jacente au traitement du facteur « poids » qui vise à agir sur son environnement à travers différentes intensités de

---

<sup>8</sup> « The *how* of movement is what Laban initially called “Eukinetics” and later renamed “effort”. In his view, voluntary human movement springs from an inner intent that results in an observable action » (Moore, 2009, p. 147).



« pression » (traduction personnelle de *pressure*), ce qui colore la qualité du mouvement, entre force, puissance, délicatesse et légèreté.

Par ailleurs, la présente étude a été éclairée par les articles d'Hubert Godard (1990a, 1990b, 1992, 1994a, 1994b, 1995; Godard et Louppe, 1992), danseur et co-fondateur de l'Analyse Fonctionnelle du Corps dans le Mouvement Dansé (AFCMD)<sup>9</sup>. Il utilise non pas le terme de « poids », mais davantage celui d'« organisation gravitaire », cette dernière étant comprise comme « la façon dont le sujet organise sa posture pour se tenir debout et répondre à la loi de la pesanteur dans cette position » (Godard, 1995). La notion de « posture » renvoie donc également à la relation à la gravité, dans la mesure où elle fait référence à un certain alignement des différents segments du corps en réponse à la force de pesanteur. Pour Godard (1995) en outre, l'organisation gravitaire est le fondement même de l'expressivité du geste, car elle sous-tend ce qu'il appelle le « pré-mouvement », c'est-à-dire ce qui prépare le geste avant même son exécution. Dans le même ordre d'idées, il est intéressant de noter que l'organisation gravitaire est reliée à la notion de tonus musculaire, ou tonicité, qui a pour fonction de maintenir la posture. Les psychomotriciens parleront de leur côté de la « fonction tonique » qui régule ce tonus musculaire (Lacombe, 2007) et qui, pour eux, soutient aussi bien le développement moteur de l'enfant que son développement

---

<sup>9</sup> « Discipline favorisant la compréhension et l'intégration des mouvements en danse. Elle se constitue en corpus spécifique, en France, à partir des années 1990. Elle se nourrit des travaux des grands pionniers et théoriciens du mouvement tels F. Delsarte, R. Laban, E. Jacques Dalcroze et des concepteurs de pratiques corporelles à visées éducatives ou thérapeutiques comme F.M. Alexander, I. Bartenieff, Bonnie Bainbridge Cohen, M. Feldenkrais, Elsa Gindler, F. Hellès, Lulu Sweigard, Mabel Todd. Ce corpus s'enrichit également des apports de la bio-mécanique, de l'anatomie fonctionnelle, de la neurophysiologie, et des résultats des différentes études qui, de la chronophotographie aux images de synthèse, ont permis de saisir et de mieux appréhender la cinétique du mouvement dans sa complexité par une segmentation analytique de sa dynamique propre. [...] Par des exercices, des improvisations, la pratique du toucher et la visualisation, elle [l'AFCMD] amène à une prise de conscience des schèmes de coordination déterminant chaque style dans sa particularité. Mettant ainsi en évidence les interactions entre la fonction tonique et la fonction symbolique de la posture, elle permet d'analyser ce que l'œil ne peut capter d'emblée : mouvements internes invisibles, intentionnalités, projets de mouvement » (Le Moal, 2008).

psychique. Dans cette optique, notons les travaux de Henri Wallon (1949), philosophe, psychologue et neuropsychiatre français, de Donald W. Winnicott (1975), pédiatre, psychiatre et psychanalyste anglais, ou encore de Julián de Ajuriaguerra (1962), neuropsychiatre et psychanalyste français, sur la fonction tonique de l'enfant, qui devient la base de sa relation au monde et qui participera à son autonomisation face à sa mère.

Entre « poids », « organisation gravitaire », « tonus musculaire », « posture » ou encore « fonction tonique », le vocabulaire et les portes d'entrée pour parler de la relation à la gravité sont nombreuses. Dans le cadre de cette recherche, j'utiliserai de façon générale l'expression « relation à la gravité » afin de l'envisager dans une approche globale, permettant d'en garder toute la complexité et l'aspect dynamique. Dans cette perspective, cette étude s'appuie également sur mon approche du champ disciplinaire de l'éducation somatique, comprise comme un ensemble de pratiques s'intéressant à « l'apprentissage et à la conscience du corps en mouvement dans l'espace » (Le Moal, 2008). Alors que mes premières réflexions au doctorat m'amenaient à mettre le bassin au cœur de ma problématique de recherche, mon cheminement pratique et réflexif m'a conduit progressivement à délaisser cette porte d'entrée très spécifique pour envisager de façon plus large celle de la relation à la gravité, impliquant également une vision systémique de l'individu et de son environnement. En effet, à la lumière de mes expériences somatiques et de mes recherches théoriques sur l'interprétation, ma recherche s'appuie sur la conviction profonde qu'il est essentiel d'aborder le travail du danseur dans une vision holistique de l'individu, de la même manière que le concept de corporéité peut l'être :

La corporéité prend en charge la dimension instable, hétérogène et multiple du corps, compris non plus comme réalité objective mais réseau sensoriel, pulsionnel et imaginaire. La corporéité recouvre une entité meuble, faite d'activité perceptive et fictionnalisante, modulée par l'histoire individuelle et collective du sujet, où matérialité corporelle,

désir, pulsion, langage, geste et imaginaire s'entrecroisent et s'interpénètrent. (Le Moal, 2008)

Dans ce sens, la relation à la gravité pour le danseur inclurait non seulement une conscientisation de sa structure (système osseux, musculaire, ligamentaire, viscéral), mais également une mise en liens avec sa vie psychique, imaginaire, pulsionnelle, affective, sociale, etc.

Par ailleurs, si la relation à la gravité peut se présenter de différentes manières et à travers une terminologie multiple, elle semble définitivement s'inscrire dans l'histoire de la danse moderne et contemporaine, témoignant de nouvelles préoccupations quant à l'expressivité du corps et à son potentiel créatif.

#### 1.2.3.2. Inscription dans l'histoire de la danse moderne et contemporaine

Le chorégraphe américain post-moderne Merce Cunningham (1989) atteste du fait que l'« une des meilleures découvertes de la danse moderne est l'utilisation de la gravité du corps à partir de son poids<sup>10</sup>. C'est-à-dire qu'en opposition avec le corps qui nie (et ce faisant affirme) la gravité en s'élançant, le corps obéit à la gravité en se laissant aller au sol » (p. 7). Il est bien évident que dans le ballet classique, les phénomènes biomécaniques liés à la gravité sont également à l'œuvre, tout être humain étant soumis à la force de pesanteur. Cependant, alors que la danse classique vise à soustraire les danseurs de ballet à cet effet gravitaire, à le nier, la danse moderne y porte une attention et une conscience toutes particulières, jouant avec cette

---

<sup>10</sup> De façon personnelle, j'utiliserai le terme « relation à la gravité » (ou « relation gravitaire »). Quand les termes « poids », « posture », « tonus » ou encore « fonction tonique » seront utilisés, il s'agira de faire référence aux propos mêmes des auteurs abordés. Cependant, je tiens à préciser à nouveau que ma compréhension de la relation à la gravité englobe un travail sur la posture, sur le tonus musculaire et sur la gestion de la force de gravité, et donc du poids.

contrainte pour en dégager une nouvelle façon de bouger et d'évoluer dans l'espace. Ce qui importe, ce n'est plus la position tenue parfaitement, mais davantage ce qui se passe entre chaque position, les transitions, qui sont en fait une perturbation et un rétablissement incessants de la stabilité du corps en fonction du déplacement du centre de gravité. Les danseurs modernes acceptent de tomber, de se désaxer, de se montrer vulnérables. Par exemple, le travail de la danseuse et chorégraphe américaine Doris Humphrey sur la chute et le redressement évoque cette importance mise dans la recherche d'une acceptation du poids et du jeu incessant du corps sur un axe vertical, entre suspension et laisser-aller au sol. En jouant avec la gravité, la danse moderne s'ouvre ainsi à tout un potentiel de gestes qui peuvent être déployés sur l'espace vertical, dans les deux directions (haut et bas), entre élévation et chute. En outre, Humphrey ne cherche pas à trouver un alignement parfait qui permettrait de tenir en équilibre pour un temps indéfini, mais plutôt considère le corps comme toujours mobile, dans un permanent déséquilibre. Pour décrire sa théorie du mouvement, elle revient à la marche, ce déplacement de base où, pour passer d'une jambe à l'autre, un incessant déséquilibre est nécessaire : « Chez l'animal humain, la marche est le phénomène-clé de la chute et du rétablissement, ma théorie du mouvement – soit l'abandon à la gravité, et le rebond. [...] Toute la vie fluctue entre la résistance et l'abandon à la gravité » (1990, p. 122). La danseuse et chorégraphe américaine Martha Graham (1992) évoque de la même façon la spécificité du traitement de la relation à la gravité dans sa technique de danse moderne : « Dans la technique que j'allais élaborer par la suite, le poids est balancé de façon étrange, animale, qui différencie du ballet la danse contemporaine – ce balancement du poids est la clef du mouvement » (p. 91). Je pourrais encore évoquer le travail de Karin Waehner, danseuse et chorégraphe allemande qui, « issue de l'enseignement Wignamien<sup>11</sup>, fait du poids non seulement un ressort artistique, mais un thème, un objet d'investigation

---

<sup>11</sup> En référence à Mary Wigman, danseuse et chorégraphe allemande.

justifiant à soi seul une approche compositionnelle » (Louppe, 2004, p. 97). On le voit, la question gravitaire devient en danse moderne à la fois un enjeu fonctionnel et un enjeu esthétique, riche de sens et d'images.

Dans l'histoire de la danse contemporaine, on note également un courant, né dans les années 1970 aux États-Unis, qui marquera le développement des pratiques actuelles : le contact improvisation. Cette danse improvisée, dont la forme basique est le duo, émerge directement d'un échange de poids entre les partenaires qui s'écoulent mutuellement pour répondre sans cesse à l'équilibre instable mis en jeu par l'engagement de la force gravitaire. Cette danse génère toute une panoplie d'énergies, d'élans, mais aussi des qualités d'abandon et d'inertie. Steve Paxton (1979), considéré comme l'un des fondateurs du contact improvisation, l'explicite en ces termes : « [Partners] do not strive to achieve results, but rather, to meet the constantly changing physical reality with appropriate placement and energy » (p. 26). L'attention portée sur l'effet de la gravité sur la danse de partenaire ouvre celle, particulière, portée sur la posture et sur le tonus musculaire qui lui est relié; elle ouvre, enfin, à l'attention portée à l'espace, au sol, aux autres.

La mise en jeu du facteur gravitaire a donc permis à la danse contemporaine de déployer de nouvelles possibilités de création. Des propositions chorégraphiques de Jérôme Bel, qui joue sur la quotidienneté des corps, aux spectacles de danse butô<sup>12</sup>, qui favorise l'expression d'une énergie contenue dans l'intériorité de l'interprète, en passant par la gestuelle extrêmement fluide et acrobatique du chorégraphe Sidi Larbi Cherkaoui, on retrouve un éventail infiniment large de pratiques qui offrent une panoplie de variations possibles de la relation à la gravité. Mais dans cette multiplicité des propositions chorégraphiques, comment le danseur expérimente-t-il

---

<sup>12</sup> Style de danse issu du Japon, créé dans les années 60.



les différences, les écarts? De quelle manière aborde-t-il, comprend-il et vit-il ces variations possibles de sa relation à la gravité?

### 1.2.3.3. Expérience des interprètes contemporains

Les classes d'entraînement régulières et les stages pour les danseurs professionnels et les danseurs en formation sont dispensés par des pédagogues, danseurs et/ou chorégraphes qui ont généralement une grande expérience derrière eux et transmettent ce qui est devenu important dans leur pratique personnelle. Or, que ce soit au Centre national de la danse (CND) à Paris et à Lyon, au centre chorégraphique Circuit-Est à Montréal, à l'école PARTS à Bruxelles ou encore au Centre DNA à New-York, il est intéressant de relever, dans les descriptifs des cours proposés, l'attention particulière mise sur le « poids », le « placement », les jeux sur et hors de l'« axe gravitaire ». En voici quelques exemples :

Les danseurs travailleront sur les prises d'appuis, les changements de poids, le respect des schémas articulaires dans le mouvement. (CND, [s. d.a])

Dans ces cours je développe un travail exigeant sur la notion de poids, le rapport avec la gravité, la pesanteur, le déséquilibre. (CND, [s. d.b])

Le cours cherche à engager une exploration de l'espace et des rythmes variés, une énergie dynamique et un travail sur le placement, l'équilibre, le poids et le relâché. (CND, [s. d.c])

Dans sa classe, basée sur la technique Release et des exercices au sol, il insistera sur la gravité et l'importance d'être centré. (Centre chorégraphique Circuit-Est, 2012, p. 13)

Dans un environnement ludique, les danseurs exploreront défis et physicalité au moyen d'improvisations structurées et d'exercices basés sur la technique Release, la gravité, le momentum, le poids et les spirales. (Centre chorégraphique Circuit-Est, 2012, p. 6)

This class explores the qualities of released and off-balance dancing while daring students to find disparate qualities of stillness and explosion. (DNA, 2012)

The contemporary dance lessons are generally based on release techniques. (PARTS, [s. d.])

Ces différentes descriptions révèlent la place privilégiée que prend le traitement de la gravité dans l'entraînement des danseurs professionnels. Cependant, si tous ces artistes utilisent une terminologie associée à l'effet de la pesanteur sur les corps, le vécu de la relation à la gravité apparaît, quant à lui, multiple, ouvert sur de nombreuses interprétations, tributaire d'un idéal du corps et des esthétiques chorégraphiques valorisées. C'est ce que Suzanne Ravn (2010), professeure associée à l'université du Danemark du Sud, dévoile à travers une étude menée auprès de 13 danseurs professionnels, dont quatre danseurs de ballet, sept danseurs contemporains et deux danseurs butô utilisant le Body-Mind Centering. À partir d'observations faites en classe de danse et d'entretiens semi-structurés réalisés avec chacun des participants, Ravn démontre que l'idéal de corps véhiculé par chaque technique de danse influence la manière dont les danseurs expérimentent la relation à la gravité. Alors que pour les danseurs de ballet, la relation à la gravité s'inscrit dans une recherche de « placement » ou d'« alignement » des différents segments du corps afin de trouver l'équilibre dans certaines positions, plusieurs danseurs contemporains associent la sensation de « poids » (*weight* en anglais) à un abandon du contrôle du mouvement. Ce renoncement nécessite une utilisation minimale du système musculaire afin de reporter son attention sur la structure osseuse du corps. Quant aux danseurs butô utilisant le Body-Mind Centering, ils abordent la question gravitaire de deux manières. Tout d'abord, l'ancrage au sol (qu'ils nomment *grounding*) apparaît constituer un élément de base de leur technique : « "Grounding" is related to a sense of the vertical [...] [It] is expected to be established as a kind of stable and silent baseline for exploring and transforming energy and movement » (p. 26). D'autre part,

pour ces danseurs de butô, la relation à la gravité est également génératrice d'énergies et de qualités de mouvement. Enfin, malgré ces divergences de vécus, l'étude de Ravn (2010) montre une expérience de la gravité commune à tous les danseurs : une sensation générale du corps (« an overall sensation of what the body feels like when moving » (p. 29)) qui apparaît donc comme une sensation générale et pré-réflexive sous-tendant l'effectuation de tout mouvement. Cette sensation générale peut être rattachée aux sensations proprioceptives du corps, c'est-à-dire aux sensations conduites par le système nerveux donnant des informations sur l'état de tension des muscles et sur le positionnement des os et des articulations.

Pour ma part, je me rends compte aujourd'hui que mes expériences de formation en danse jazz, en Cunningham et en ballet m'ont amenée à vivre ma relation à la gravité de manière très proche du vécu des danseurs de ballet de l'étude de Ravn. Mon attention se portait en effet surtout sur le placement et la coordination des différents segments de mon corps et sur mon orientation dans l'espace, le tout dans un contrôle permanent et soutenu de mes efforts musculaires. Ce n'est que plus tard dans ma pratique, à travers mes expériences dans différents stages de formation, dans ma pratique de l'éducation somatique (en particulier la méthode Feldenkrais) ou encore dans des expériences professionnelles (je pense notamment à mon travail avec la chorégraphe Erin Flynn et la metteuse en scène Anne-Sophie Rouleau) que j'ai expérimenté un travail plus nuancé dans mon rapport à la gravité. Je diminuais alors mon niveau de tension musculaire et découvrais ce que je nommerai *le relâché*. À travers ce relâché plus ou moins grand de mon engagement musculaire, je trouvais une plus grande liberté dans mon rapport à la gravité, entre résistance et abandon, jouant sur une baisse généralisée de mon tonus musculaire ou sur des micro-chutes dans des parties ciblées du corps telles qu'une épaule, le sternum, une hanche, etc. Cependant, je dois dire que cette expérience du relâché a toujours été un défi pour moi, l'inscription de ma formation initiale ayant teinté fortement ma manière de

danser. C'est d'ailleurs de cette difficulté qu'est né mon désir de mieux saisir les liens possibles entre les variations potentielles de ma relation à la gravité et les défis de mon adaptation comme interprète.

#### 1.2.3.4. Signature gestuelle et imaginaire

Si chaque danseur expérimente la gravité différemment, en fonction des techniques de corps pratiquées, chacun présenterait également une signature personnelle inscrite dans sa relation à la gravité. Godard (1995) explique en effet qu'avant même que le geste ne surgisse, le danseur, par sa posture, lui donne une qualité particulière : « Nous nommerons "pré-mouvement" cette attitude envers le poids, la gravité, qui existe déjà avant que nous bougions, dans le seul fait d'être debout, et qui va produire la charge expressive du mouvement que nous allons exécuter » (1995, p. 224). Dans ses articles, Godard avance l'idée que chaque individu aborderait l'espace et le mouvement avec une préférence pour le sol ou bien pour l'espace au-dessus de lui, autrement dit selon une polarité gravitaire soit ascendante, soit descendante. Il rapporte ces observations : « Pour le premier groupe, l'organisation du mouvement se fait d'une manière ascendante, avec le bassin et les jambes pour "starter" du geste (polarité terre). Pour le deuxième groupe, l'organisation est descendante, avec la cage thoracique comme point d'appui (polarité ciel) » (1990a, p. 109). Dans cette logique, on pourra voir deux danseurs effectuer la même chorégraphie, mais ce qui en ressortira pour le spectateur sera très différent suivant la polarité préférée par eux. Godard (1995) compare de cette façon les deux danseurs Gene Kelly et Fred Astaire, le premier organisant son mouvement de bas en haut et du dedans vers le dehors, le deuxième de haut en bas et du dehors vers le dedans. Ces tendances polaires sont pour lui le « terrain fonctionnel » (Godard, 1990a, p. 110) de la personne représentant ses affinités gravitaires; il perdure toute la vie durant, quoiqu'il soit possible de

travailler à l'acquisition de son opposé, c'est-à-dire de « son "autre polaire" », afin d'ouvrir son potentiel d'action :

Nous pensons (comme les homéopathes unicistes) que l'on ne peut pas « changer son terrain ». Car il s'agit bien, à l'origine de la construction physique et symbolique du système antigravitaire de chacun, d'une tendance quasi innée que j'appellerai le « terrain fonctionnel ». En revanche, il s'agira bien d'aller à la découverte de sa différence, de son « autre polaire », afin d'atteindre une intégration maximale. (p. 110)

Si le terrain fonctionnel de chacun reflète une affinité privilégiée avec une organisation ascendante ou descendante du geste, l'imagination apparaîtrait comme une porte d'entrée particulièrement efficace dans le travail du danseur afin de venir stimuler chez lui des variations de relation entre les deux pôles de sa verticalité. Pour le danseur, la « terre » et le « ciel » seront sans aucun doute deux images très évocatrices, dont la complémentarité même sera susceptible d'éveiller des résonances profondes. L'appel de l'élévation ne pourra s'effectuer sans un ancrage au sol et un laisser-tomber du poids, alors que la chute sera à comprendre dans un dialogue permanent avec la reprise et la suspension vers le ciel. Odile Rouquet, kinésiologue et spécialiste en Analyse Fonctionnelle du Corps dans le Mouvement Dansé, multiplie les images évocatrices dans son livre *De la tête aux pieds* (1991). Elle décrit la colonne vertébrale comme le trait d'union des deux pôles de notre verticalité et propose pour son allongement d'« avoir la tête au ciel et les pieds sur terre » (p. 23). Dans son chapitre « Avoir des ailes aux pieds », elle fait référence aux nombreux mythes et légendes entourant la zone du pied : « Achille aux pieds légers, Mercure aux pieds ailés, Œdipe aux pieds gonflés, Eve aux pieds blessés... » (p. 95), écrit-elle en précisant toute la portée symbolique et poétique du rapport au sol. Dans le même ordre d'idées, la sociologue Sylvia Faure (2000) souligne l'importance de l'imaginaire dans les processus d'apprentissage des danseurs, imaginaire qui s'incarne dans les pratiques socio-langagières utilisées dans les classes de danse. Le



langage métaphorique du discours en danse devient ainsi un outil pour accéder à des qualités gestuelles particulières, à la dynamique du mouvement et à l'état de tonicité du danseur, comme le précise l'article « Poids » du dictionnaire de la danse :

S'éloignant des données physiques de base, le poids du corps est aussi souvent sollicité sur le plan imaginaire pour provoquer des transformations d'état de corps. Cette approche repose sur l'idée que le poids est autant une construction mentale qu'une réalité physique, ouvrant ainsi sur une poétique féconde qui dépasse la simple opposition « lourd-léger ». (Le Moal, 2008)

Les pratiques chorégraphiques contemporaines témoignent d'ailleurs de cette poétique féconde et proposent des lectures et des constructions de corporalités bien particulières, qui manifestent l'imaginaire du chorégraphe, celui des danseurs, leur désir de création, leur manière personnelle de danser.

#### 1.2.3.5. Mise en jeu dans la création chorégraphique

Dans le livre *Panorama de la danse contemporaine* (Boisseau, 2006), 90 chorégraphes ont été questionnés sur différents éléments de leur vie et de leur métier. De leurs inspirations à leurs plus anciens souvenirs de danse, en passant par ce qui bouge en premier chez eux, les réponses révélées par cette collection de témoignages sont aussi diverses que le sont les individus interrogés, aussi multiples que leurs univers chorégraphiques, chaque pratique étant teintée d'un imaginaire particulier, d'une histoire unique, et de préoccupations personnelles. L'ensemble des témoignages présents dans cet ouvrage démontre la pluralité des façons d'aborder l'acte chorégraphique. L'expérience de la relation à la gravité des interprètes est ainsi teintée de chacune des expériences de création traversées et d'une rencontre avec un monde en soi, celui du chorégraphe, sans parler de celui des autres danseurs avec qui ils partagent le studio et la scène, qui apportent eux aussi leurs spécificités et leur

couleur artistique. Pour Christine Roquet et Isabelle Launay (2008), professeures au département de danse de l'Université Paris VIII, le travail chorégraphique met en jeu la « posture » du danseur, c'est-à-dire sa manière de résister (ou de ne pas résister) à la force de gravité, et ce travail devient son « expertise quotidienne » (p. 1). Chaque posture témoignerait de la personnalité de chaque danseur, de sa manière de voir et d'appréhender le monde, car la résistance, l'abandon ou le jeu avec la gravité peuvent apparaître comme la métaphore morale et politique d'un certain rapport au contexte. Dans cette optique, le travail de la « posture » dans le geste dansé apparaît bel et bien comme un enjeu politique majeur dans la création chorégraphique : « Entrer en scène quelle que soit la scène, c'est souvent d'abord se tenir debout face aux autres. Là commence peut-être le théâtre comme la danse ou la politique. Que va-t-il se jouer immédiatement dans cet "être debout" devant nous ? » (Roquet et Launay, 2008, p. 1). Se mettre debout relève en effet d'un acte d'autonomisation de l'individu lui permettant de se situer face aux autres, d'exprimer ses opinions, d'assumer sa présence et l'unicité de son point de vue. Roquet et Launay donnent en exemple les différences de posture entre Charlie Chaplin et Buster Keaton, entre Gandhi et Fidel Castro, entre Sarkozy et Mitterrand, ou encore entre Rudolf Noureev et Jérôme Bel (p. 1), ces différences montrant bien non seulement des divergences dans la gestion gravitaire, mais également des oppositions dans l'idéologie véhiculée. Cette pensée de Launay et Roquet se situe dans le prolongement de la pensée de Godard, qui démontre, dans son article « Le geste et sa perception » (1995), que les attitudes posturales sont le lieu d'inscription de l'histoire, accompagné inévitablement d'enjeux politiques : « Les danseurs qui partagent l'expérience sociale commune au groupe auquel ils appartiennent, vont travailler avec cette expérience comme substrat, dont leur danse se fera alternativement l'expression ou l'instrument de remise en question » (p. 238). Or pour Launay et Roquet (2008), « délicats, difficiles et très rares sont ces moments de remise en jeu du geste social figé dans une posture. Ces moments de réinvention posturale sont d'autant plus actifs qu'il y a crise de la représentation du corps social et de ses espaces d'action » (p. 4). Agir sur la relation à

la gravité en danse serait donc un acte hautement engagé, bouleversant non seulement l'histoire de l'individu lui-même (le danseur, le chorégraphe, les spectateurs, etc.), mais aussi la société dans laquelle il évolue.

De plus, si la relation à la gravité peut être considérée comme le lieu d'inscription du contexte, elle peut également être considérée comme le lieu privilégié d'action sur lui. C'est ainsi que depuis les années 1990, l'on voit apparaître dans les formations en danse l'intégration de méthodes d'éducation somatique visant à rendre le danseur conscient de ses habitudes, de ses affinités de gestes, et par un travail d'attention très fine sur ses sensations, à déjouer une construction figée de sa corporéité et à ouvrir l'ensemble de ses possibles. Le danseur agirait ainsi dans un « auto-façonnement créateur », pour reprendre les termes du philosophe américain Richard Shusterman (2007), qui souligne de cette manière le rôle de la personne comme sujet de sa propre construction. Pour le dire autrement, travailler sur sa relation à la gravité en processus de création reviendrait pour le danseur à rester toujours alerte face à son conditionnement, à questionner en permanence les empreintes de sa formation et de ses expériences sensibles précédentes, et ce, pour remettre en question les codes esthétiques et culturels de son milieu ainsi que ses propres habitudes. La relation à la gravité apparaîtrait ainsi à la fois comme le lieu privilégié d'inscription d'une histoire personnelle et culturelle et comme le lieu le plus propice de l'émancipation et de l'évolution personnelle du danseur. Pour reprendre les mots de Fortin (2009b), « le corps s'avère l'aspect le plus politique mais aussi le plus personnel de la danse. Un dépassement de ses possibilités n'est jamais dissociable de son expérience phénoménologique et de son contexte socioculturel » (p. 56).

Après ce tour d'horizon des pratiques en danse, je constate que l'adaptation tout comme la relation à la gravité sont des préoccupations partagées dans le milieu de la danse contemporaine, toutes deux mettant en jeu la rencontre de l'intime et du social et s'interrogeant sur la capacité d'évolution et de transformation du danseur. Je constate également que si ce sont des enjeux du milieu, ils viennent mettre en lumière le chemin particulier de chaque individu à travers des expériences multiples. Cependant, si j'ai pu trouver des études relatives au métier de danseur, fouiller dans les brochures de formation et des sites Internet professionnels ou encore me plonger dans des ouvrages théoriques sur la danse, j'ai en contrepartie constaté la rareté des paroles de danseurs témoignant en profondeur de leur expérience individuelle. Et si des constats sont posés et des problèmes soulevés, il semble encore difficile d'y apporter des pistes de solutions.

### 1.3. Méthodologie

Dans ce projet doctoral, je m'inscris dans une démarche de recherche heuristique (Craig, 1978; Gosselin, 2009; Moustakas, 2001), c'est-à-dire comme une praticienne/chercheuse qui, afin de mieux comprendre sa pratique, plonge personnellement dans l'expérience du phénomène étudié. Pour investiguer ma question et ma sous-question de recherche, j'ai donc conçu le projet d'interprétation de trois soli, projet que j'ai nommé *X3* pour souligner le facteur pluriel de mon expérience d'interprète. L'objectif de l'étude était de vivre trois processus de création avec des chorégraphes aux univers et aux langages chorégraphiques très différents les uns des autres afin d'observer les défis et les enjeux de mon adaptation de même que les liens possibles avec le travail de ma relation à la gravité. De janvier à juin 2010, j'ai travaillé avec trois chorégraphes sur trois œuvres originales : *Waypoints* de Kelly Keenan, *Dysmorphic Delicious* de George Stamos et enfin *Brenda* d'Anne-Marie Pascoli. Les trois processus de création, menant à chaque fois à une performance

finale, ont fait l'objet d'une collecte de données de type ethnographique et autoethnographique consistant en des journaux de bord, des entrevues et des captations vidéo de répétitions et de performances. Alors que j'avais pu discerner de façon intuitive certains éléments significatifs se dégageant des données au moment même de leur collecte, j'ai entrepris leur analyse de manière plus approfondie quelques mois après les processus de création, en utilisant la méthode d'analyse en mode d'écriture (Paillé et Mucchielli, 2012).

#### 1.4. Limites et pertinence de l'étude

L'originalité et l'unicité de ce projet reposent sur l'objet même de la recherche, soit l'interprétation en danse, ainsi que sur son traitement particulier, soit un plongeon dans la pratique entrepris en dialogue avec une réflexion théorique approfondie. Peu d'études ont été réalisées sur le travail de l'interprète, la littérature spécialisée traitant le plus souvent de l'art chorégraphique du point de vue des chorégraphes et de leurs œuvres (Boisseau, 2006; Frétard, 2004; Louppe, 2004; Noisette, 2010). Le travail du danseur reste donc un métier encore peu documenté et le plus souvent, les danseurs apprennent toutes les finesses de leur profession sur le tas, dans le feu de l'action et dans l'accumulation de diverses expériences. Par ailleurs, la plupart des recherches sur le danseur, dont celles de Benoît Lesage (1993), Maria Leão (2002), Aurore Desprès (2000), Monica Dantas (2008), Diane Leduc (2008) ou encore Suzane Silva Weber (2010), ne traitent du travail du danseur que par le biais d'entretiens, d'observations et d'analyses. Le chercheur est donc en contact avec l'expérience du danseur mais ne la vit pas directement. Une étude doctorale menée à l'Université de Roehampton en Angleterre par la danseuse et chercheuse Jennifer Roche (2009), a cependant retenu toute mon attention. Se basant sur l'approche au « je » du praticien/chercheur, elle m'est en effet apparue très proche de ma propre démarche. À travers son projet doctoral, cette interprète-chercheuse souhaitait mettre en lumière ce



qu'elle nomme « the dancer's moving identity » en étudiant sa propre expérience avec trois chorégraphes différents. Bien que n'ayant pas le même sujet de recherche ni le même ancrage théorique, je partage avec ce travail spécifique un certain nombre de préoccupations, dont celle de mieux comprendre les défis des interprètes contemporains devant répondre à une multiplicité d'expériences professionnelles et d'approches chorégraphiques. Tout comme cette recherche également, la présente étude se base sur la conviction profonde que le savoir du danseur est un savoir d'action et qu'il est nécessaire de retourner aux sources de cette pratique pour véritablement le saisir. Aussi, si Roche déplore le manque d'écrits sur les danseurs réalisés par des danseurs eux-mêmes, la présente étude sera sans aucun doute une contribution dans ce sens à la recherche en danse.

Pour conclure, il est bien évident que cette recherche ne représente pas une étude exhaustive sur la question de l'adaptation du danseur. Se basant sur ma propre expérience avec des chorégraphes particuliers, il s'agira non pas de généraliser mes résultats, chaque danseur et chaque projet chorégraphique étant unique, mais plutôt d'observer comment des éléments de mon expérience pourraient être transférables à d'autres situations, et, de façon globale, de donner une piste de réflexion afin de mettre en lumière certains aspects du travail du danseur.

## CHAPITRE II

### REPÈRES THÉORIQUES

Dans ce chapitre, je présenterai les repères théoriques relatifs aux questions de l'adaptation et de la relation à la gravité. Cette étape de recherche a été réalisée en deux étapes. En amont de la collecte de données, j'ai fait une première lecture d'ouvrages clés relatifs à ma problématique dans des domaines de recherche tels que la biologie, la psychologie ou encore la sociologie. Cette première étape m'a permis d'avoir une vue d'ensemble des connaissances déjà établies sur mon sujet d'étude et ainsi de construire une collecte de données éclairée par une « boîte à outils » (Paillé et Muchielli, 2012). Ce n'est que pendant et après l'analyse des données même que je me suis replongée plus avant dans l'examen des écrits. Je souhaitais orienter mes repères théoriques de façon plus pertinente par rapport à mes données de terrain. J'ai suivi ce que Paillé et Muchielli (2012) préconisent en termes de recherche qualitative de terrain :

Les écrits doivent aiguïser la sensibilité théorique du chercheur et non l'engorger ou l'endormir, ils doivent le seconder et non le limiter. Et il faut redire encore, à la suite de Glaser et Strauss (1967; 2010), que le moment le plus opportun pour mener une revue exhaustive des écrits n'est certainement pas la période préterrain, à moins d'exécuter une recherche purement vérificatrice, ce qui est très rare lorsque l'on fait appel aux méthodes qualitatives [...] Et surtout, il faut compter sur les découvertes faites sur le terrain pour guider les lectures appropriées et lancer le chercheur sur les théories éclairantes. (p. 135)

Par ailleurs, je tiens à spécifier que j'ai choisi les termes « repères théoriques », inspiré encore une fois de Paillé et Muchielli (2012), au lieu de « cadre théorique »,

traditionnellement employé, afin de ne pas circonscrire ni « encadrer » ma recherche, mais plutôt de l'accompagner et de l'enrichir dans sa construction. Le présent chapitre s'attachera à décrire les influences théoriques construites en amont de la recherche et réinvesties par la suite à la lumière même de mon analyse de données, le but n'étant pas de vérifier des théories préexistantes mais bien plus de développer des outils de lecture en tenant compte des résultats de ma recherche-crédation.

## 2.1. L'adaptation

Le concept d'adaptation apparaît présent dans plusieurs disciplines. Prenant naissance en biologie, il est également développé en philosophie, en psychologie, en cybernétique ou encore en sociologie. Par cet ancrage pluridisciplinaire, il se présente comme un concept complexe, polysémique, à multiples facettes. Réaliser un examen exhaustif des écrits sur cette question s'avèrerait un vaste chantier de pensées et d'épistémologies diverses à défricher. Le travail du docteur en sociologie Alain Taché (2003), visant à concevoir une représentation systémique de l'adaptation, et sur lequel je me suis appuyée pour construire cet ensemble référentiel, en témoigne. Je présenterai donc ici mes assises conceptuelles construites en fonction des intérêts de ma recherche-crédation et de mon approche épistémologique, en privilégiant la pertinence plutôt que l'exhaustivité.

Dans un premier temps, je ferai un bref retour sur les origines du concept d'adaptation en présentant les perspectives de la biologie sur la question. Dans un deuxième temps, je me pencherai sur les perspectives de la psychologie en examinant l'apport des théories piagésiennes, qui articulent le double jeu de l'assimilation et de l'accommodation dans une dynamique d'équilibration. Je m'intéresserai également à la notion de « crise », qui permet de penser ce que tout individu en situation d'adaptation peut vivre, soit une expérience génératrice de stress mais également de



transformations. Dans un troisième et dernier temps, j'aborderai les perspectives de la systémique à travers le concept d'« auto-organisation ». J'aborderai alors l'apport des systèmes dynamiques. Il sera par la suite question de comprendre comment, pour le champ de la pensée complexe, l'adaptation devient l'« intégration d'une (auto-) organisation dans une (éco-) organisation » (Morin, 2008, p. 50). Enfin, je terminerai en explorant le problème de la finalité de l'adaptation, qui lui semble définitivement inhérente, posant la question de son pourquoi et de ses origines. L'idée d'émergence me permettra alors d'examiner comment l'interaction qu'un système a avec son environnement peut permettre à de nouvelles organisations d'apparaître.

#### 2.1.1. Perspectives de la biologie

L'adaptation est un concept relativement jeune, développé à partir du 19<sup>e</sup> siècle, avec l'essor de la biologie et des progrès scientifiques s'y rattachant. Avant cette période, le concept même d'adaptation était impossible à concevoir, le monde et les êtres y habitant étant considérés comme les fruits d'un acte divin. C'est donc à partir d'une controverse déterminante sur la question de l'évolution qu'est né le concept d'adaptation : elle opposait les préformistes, de tradition ecclésiastique, aux épigénistes, les premiers affirmant que le monde et les organismes l'habitant étaient déterminés d'avance, les seconds défendant au contraire que tout était en perpétuelle construction. L'adaptation est ainsi apparue au tournant d'un changement épistémologique majeur, d'une toute nouvelle conception de la vie et de sa création, se posant comme une question à la fois biologique, philosophique et métaphysique. Dans cette grande brassée d'idées, plusieurs noms ont marqué l'avancement des recherches scientifiques sur la question, dont les incontournables Lamarck et Darwin. En s'éloignant d'une vision créationniste des êtres vivants, ces biologistes cherchaient à comprendre la transformation des espèces au cours de l'histoire, se penchant sur deux notions devenues inextricablement reliées à celle de l'adaptation, soit

l'évolution et la sélection. Tenter de comprendre comment et pourquoi les organismes vivants s'adaptent à leur environnement revient en effet à poser la question des conditions de leur existence, de leur capacité à se transformer en réaction aux aléas rencontrés et de survivre ou non à de nouvelles conditions de vie. Alors que pour Lamarck l'adaptation est à comprendre comme une évolution graduelle qui amène les organismes à se complexifier progressivement, pour Darwin l'adaptation est le résultat d'un processus discriminatoire visant à éliminer les individus les plus démunis. Ce mécanisme discriminatoire implique alors une lutte entre les individus, entre les espèces et avec le milieu, la compétition et la concurrence étant au cœur de ce combat pour la vie. Cependant, au-delà des nombreuses controverses entourant le concept d'adaptation en biologie, Lucien Cuénot, zoologiste et généticien français, présente en 1951, dans son livre *L'évolution biologique*, les éléments principaux de l'adaptation sur lesquels, comme le précise Taché (2003), l'ensemble de la communauté scientifique semble aujourd'hui encore s'accorder. En voici quatre qui me paraissent particulièrement intéressants pour une compréhension de la complexité du phénomène :

- Dans un premier temps, l'« adaptation régulatrice » s'apparente à l'idée, importante, d'homéostasie (du grec *homoios*, « similaire » et *histēmi*, « immobile »), signifiant la capacité d'un organisme à maintenir un équilibre interne de fonctionnement malgré les contraintes changeantes de l'environnement. Ce concept, initialement élaboré au 19<sup>e</sup> siècle par le médecin et physiologiste Claude Bernard, se verra repris et utilisé dans différents contextes, comme je le montrerai dans la suite de ce chapitre. L'homéostasie nous invite donc à considérer tout organisme vivant dans un processus constant et naturel de recherche d'un équilibre intérieur malgré les changements parfois majeurs survenant dans son environnement.



- L'« accommodation », quant à elle, indique la capacité d'un organisme vivant à adopter un nouveau milieu de vie en développant des caractéristiques et une apparence en fonction des exigences de ce nouvel environnement. Ainsi, le développement d'un organisme vivant ne se fera pas seulement selon son génotype, mais bien selon l'expérience vécue au sein d'une société, d'une culture.
- Cuénot parle également de « préadaptation », qui implique que les organismes vivants ne peuvent réellement s'adapter à un nouvel environnement que si les ressources nécessaires sont potentiellement présentes à l'intérieur de leur structure, mêmes si ces ressources ne s'étaient pas exprimées auparavant :

Lorsqu'une place vide se présente, les espèces qui y sont attirées, ou qui trouvent par chance le nouvel habitat, ne peuvent l'occuper et y durer que si elles possèdent déjà les adaptations nécessaires; indifférentes ou peu utiles dans le biotope précédent, celles-ci se trouvent avoir une importance décisive pour l'occupation du milieu vacant. De même, lorsqu'un milieu se modifie, il est évident que les seules espèces qui peuvent y persister sont celles dont l'organisme est suffisamment souple pour s'accommoder aux conditions nouvelles. Dans les deux cas, l'adaptation est comme préparée, par hasard, avant le besoin auquel elle paraît répondre. (Cuénot, cité par Taché, 2003, p. 51)

Il s'agirait, pour tout organisme vivant qui doit s'adapter à un milieu, d'avoir des affinités préalables et de pouvoir compter sur un potentiel de développement présent en amont de son adaptation même.

- D'autre part, parmi ces éléments caractéristiques de l'adaptation en biologie, la question des différents degrés d'adaptation apparaît également être une source de réflexion centrale : jusqu'à quel point une adaptation peut-elle être efficace et à partir de quel moment est-elle nuisible à un organisme vivant? En effet, lorsqu'il s'adapte trop à un certain environnement, lorsqu'il se spécialise, il court le risque

de se retrouver dans l'impossibilité de s'adapter à un nouveau changement. Trop de spécialisation nuirait à l'adaptation. Taché (2003) mentionne également à ce titre que « [q]uand une adaptation nous semble particulièrement réussie, cela signifie toujours en même temps qu'elle n'est pas parfaite et donc qu'elle est simplement satisfaisante vis-à-vis de conditions bien déterminées » (p. 50). L'adaptation ne serait donc pas à envisager de manière statique, telle une finalité en soi, mais plutôt comme un processus prêt à être renouvelé en permanence, attendu que tout équilibre entre soi et l'environnement sera temporaire et soumis à de nouveaux réajustements.

Faisant le pont entre la biologie et la psychologie, l'approche de la psychologie génétique, développée par Piaget et basée sur une épistémologie constructiviste, donnerait en ce sens des pistes de compréhension de ce processus sans fin de l'adaptation chez l'homme, plus spécifiquement en l'associant à une compréhension de la construction de la connaissance.

## 2.1.2. Perspectives de la psychologie

### 2.1.2.1. Assimilation, accommodation et équilibration

Inscrite dans tout processus d'apprentissage, l'adaptation apparaît comme un sujet central dans les théories de Piaget sur le développement de la connaissance de l'individu. Pour ce biologiste et psychologue suisse, la connaissance se construit en permanence, d'une expérience à une autre, et passe par une interaction constante entre soi et le monde : « l'intelligence (et donc l'action de connaître) ne débute ainsi pas par la connaissance du moi, ni par celle des choses comme telles, mais par celle de leur interaction; c'est en s'orientant simultanément vers les deux pôles de cette interaction qu'elle organise le monde en s'organisant elle-même » (Piaget, 1967,

p.311). Pour Piaget, l'organisme est un système à la fois ouvert sur son environnement, soumis à des échanges perpétuels avec celui-ci, et en même temps fermé, puisqu'il est doté d'une organisation interne propre, organisation appelée « fermeture cyclique » car capable de reconstituer en permanence ses composants actifs. De plus, si l'épistémologie génétique associée également au constructivisme pose l'interaction soi/monde au cœur du développement de l'intelligence, elle reconnaît l'action comme une part incontournable de l'acquisition des connaissances. Piaget définit ainsi les « schèmes d'action » : « ce qui est transposable, généralisable ou différenciable d'une situation à la suivante, autrement dit ce qu'il y a de commun aux diverses répétitions ou applications de la même action » (Piaget, 1967, p. 24). La connaissance se construit progressivement, en utilisant des schèmes d'action préexistants pour appréhender de nouvelles situations, qui à leur tour transforment, modifient et enrichissent ces schèmes. Comme le précise Taché (2003),

[il] faut retenir, d'autre part, qu'un schème d'action est issu, par différenciations successives, de schèmes antérieurs qui eux-mêmes sont, par différenciations, le résultat de schèmes antérieurs et ainsi de suite il est possible d'imaginer remonter jusqu'à des réflexes ou mouvements initiaux. (p. 124)

La connaissance n'est ainsi effective que si elle prend réellement vie dans l'expérience du sujet.

Par ailleurs, l'utilisation de schèmes d'action préexistants pour saisir une nouvelle expérience implique un phénomène appelé « assimilation », compris comme « le processus par lequel une réalité extérieure est intégrée à un schème » et comme « la condition de toute appréhension, par les systèmes cognitifs ou les schèmes, des réalités auxquelles ils sont confrontés ou avec lesquelles ils entrent en interaction » (Fondation Jean Piaget et Ducret, 2014). Si l'individu s'adapte, c'est en mettant en

place des processus de comparaison, d'application et de différenciation entre ce qu'il connaît déjà et l'expérience nouvelle que lui fait vivre son environnement :

Or, si toute connaissance et à tous les niveaux est ainsi liée à l'action on comprend le rôle de l'assimilation. Les actions, en effet, ne se succèdent pas au hasard, mais se répètent et s'appliquent de façon semblable aux situations comparables. Plus précisément elles se reproduisent telles quelles si, aux mêmes intérêts, correspondent des situations analogues, mais se différencient ou se combinent de façon nouvelle si les besoins et les situations changent. (Piaget, 1967, p. 24)

De plus, ce processus d'assimilation est conjugué à un deuxième processus, appelé cette fois « accommodation », qui de son côté apporte les modifications nécessaires aux schèmes d'action préexistants pour correspondre, s'il y a lieu, à de nouvelles nécessités du milieu. L'accommodation est inséparable de l'assimilation, l'accommodation survenant toujours à partir d'une assimilation préalable :

L'accommodation est l'activité par laquelle un organisme ou un schème est modifié ou se transforme en vue de s'ajuster à un milieu ou à un objet. En ce sens, elle résulte forcément d'une activité préalable ou d'un début d'assimilation de ce milieu ou de cet objet par l'organisme ou par le schème, activité qui ne peut alors aboutir sans une telle accommodation. (Fondation Jean Piaget et Ducret, 2014)

Dans une relation individu/environnement, l'assimilation sera donc perçue comme une adaptation de l'environnement à soi, les éléments du milieu étant « incorporés par l'ensemble structuré qui les transforme en lui-même pour répondre aux pressions de l'environnement » (Taché, 2003, p. 119). L'accommodation, quant à elle, sera perçue comme une adaptation *de* soi au contexte, traduisant une « modification interne du sujet observant pour s'adapter à l'objet observé » (Le Moigne, 1984, p. 213). Par ailleurs, à travers ce double processus d'assimilation/accommodation, Piaget intègre l'idée importante d'« équilibration ». Celle-ci apparaît essentielle afin



de permettre à l'organisme de pouvoir conserver les acquisitions passées tout en en développant de nouvelles. Elle s'apparente au processus d'autorégulation en biologie, ou encore à l'homéostasie, mais appliquée cette fois-ci au système cognitif. Piaget (1967) mentionne que « sous sa forme la plus générale, une régulation est un contrôle rétroactif qui maintient l'équilibre relatif d'une structure organisée ou d'une organisation en voie de construction » (p. 198). En outre, ce processus d'équilibration et de régulation s'inscrit dans un jeu d'essais et d'erreurs grâce auquel l'individu s'ajuste constamment au fil du développement de son expérience :

C'est un processus d'équilibration [...] dans le sens aujourd'hui précis [...] d'une autorégulation, c'est-à-dire d'une suite de compensations actives du sujet en réponse aux perturbations extérieures et d'un réglage à la fois rétroactif (systèmes de boucles ou feed-back) et anticipateur constituant un système permanent de telles compensations. (Piaget et Inhelder, 1966, p. 124)

L'individu, dans son apprentissage, peut de cette manière non seulement être informé de ses erreurs mais également, par l'expérience, anticiper les écarts possibles. Piaget (1967) rajoute que cette équilibration permet une expansion de la connaissance et qu'elle offre à l'individu une croissance de ses possibilités d'adaptation :

On peut dire, avec tous les auteurs, que la vie est « créatrice de forme » (Brachet) ou encore qu'elle est « invention » (Cuénot), ce qui comporte, comme condition ou conséquences nécessaires (ou les deux), qu'elle se livre à la conquête d'un milieu toujours plus étendu. (p. 196)

Pour finir, l'adaptation, appréhendée à la lumière des théories piagésiennes, semblent se nourrir de diverses dialogiques : adaptation à soi/adaptation de soi, adaptation-état/adaptation-processus, ouverture/fermeture, exogène/endogène, organisation/désorganisation, équilibre/déséquilibre. Piaget (1967) précise :



La réalité vitale fondamentale n'est [...] constituée ni par des structures intemporelles, soustraites à l'histoire ou la dominant comme le seraient des formes équilibrées d'organisation à conditions permanentes, ni par une succession historique d'aléas ou de crises comme le serait une suite de déséquilibres sans rééquilibrations, mais bien par des processus continus d'autorégulations impliquant à la fois des déséquilibres et un dynamisme constant d'équilibration. [...] c'est assez dire qu'à tous les niveaux et qu'il s'agisse de paliers historiques ou de degrés dans la hiérarchie d'une organisation, interviennent simultanément des facteurs exogènes, sources de déséquilibres mais aussi déclencheurs de « réponses », et des facteurs endogènes, sources de ces réponses et agents de l'équilibration. (p. 326)

L'adaptation est donc source de déséquilibre, certes, mais semble ici devenir également une source de développement et d'enrichissement pour l'individu.

J'examinerai à présent ces deux pôles complémentaires de l'adaptation en psychologie : soit l'adaptation comme crise et comme dépassement même de cette crise.

#### 2.1.2.2. Crise et dépassement de la crise

Si pour Piaget, l'adaptation est un processus d'équilibration, elle est souvent abordée en psychologie comme une confrontation à des moments de crise que l'individu peut vivre et qui requièrent un ou plusieurs changements pour faire face aux nouvelles réalités d'une situation (Tarquinio et Spitz, 2012). Taché (2003) décrit le processus d'adaptation psychologique comme un processus de délibération dans lequel l'individu « doit être disponible aux changements qui impliquent une déprise par rapport aux routines et aux manières habituelles mais conséquemment une reprise qui implique quelquefois quelques aménagements et quelquefois de véritables conversions » (p. 96). La crise serait une rupture d'équilibre qui pousse l'individu à prendre une décision quant à son devenir. Elle est considérée ici dans son sens

étymologique (« crise » est issu du grec *krisis*), c'est-à-dire comme une décision, un choix, un jugement survenant lorsque l'organisme se retrouve confronté à une situation difficile, pouvant menacer sa santé ou son intégrité. De par ses expériences, l'individu construit un système de représentation, des valeurs et des façons d'agir en fonction de ses différents réseaux d'activités, intériorisant certaines conduites, acquérant de nouvelles habitudes cohérentes face aux différentes relations mises en place. Cependant, si cet ancrage pluriel de son expérience permet à l'individu d'agir dans un certain contexte, dans d'autres, il peut également devenir source de déséquilibre, notamment quand une nouvelle situation apparaît contradictoire avec l'ancien système de représentation. L'individu peut alors vivre une période de conflit, avec lui-même ou avec les autres, ne sachant plus comment agir. Il se trouve confronté à ce que le psychologue français Pierre Tap, professeur émérite de l'Université Toulouse Le Mirail, nomme la « déprise conflictuelle » et qu'il décrit ainsi avec sa collègue Sylvie Esparbès-Pistre : « le sujet vit des conflits, est l'objet de déséquilibres, se trouve en position de désancrage, de déracinement, et de crise. Les comportements habituels devenus inappropriés doivent céder la place à d'autres permettant le dépassement de la crise » (Tap et Esparbès-Pistre, 2001, p. 2). Dans la crise, il y a donc perte de repères, remise en question des habitudes, ce qui provoque de grands moments de fragilité chez l'individu mais aussi bouleverse l'environnement dans lequel il agit de même que les personnes avec qui il interagit. Cette période de crise peut être rapprochée d'une période de stress, définie ainsi par les psychologues Chabrol, Séjourné et Callahan (2012) :

Le stress est défini comme la condition qui émerge quand les transactions personne-environnement amènent l'individu à percevoir une contradiction – réelle ou imagée – entre les exigences d'une situation, d'une part, et les ressources de ses systèmes biologiques, psychologiques ou sociaux, d'autre part. (p. 129)

En parlant ici de la présence du stress dans le processus d'adaptation, il semble important de mentionner la notion de *coping*, très présente dans la littérature en psychologie comportementale et associée à la notion d'adaptation :

Le terme de coping est un mot anglais qui se traduit par « faire face à ». Du fait de sa définition complexe, la traduction de ce concept s'avère difficile et on peut retrouver les termes de « stratégie d'ajustement » (Bruchon-Schweitzer, 2002; Paulhan, 1992), de « processus de maîtrise » (Corraze, 1992) ou encore de stratégie d'adaptation, notamment au Canada. (Chabrol, Séjourné et Callahan, 2012, p. 129)

Pour mieux comprendre ce concept, il suffit de retourner à sa définition première, donnée par les psychologues Lazarus et Folkman (1984), qui présentent le coping comme « l'ensemble des efforts cognitifs et comportementaux destinées à maîtriser, réduire ou tolérer les exigences internes ou externes qui menacent ou dépassent les ressources d'un individu » (cités par Chabrol, Séjourné et Callahan, 2012, p. 129).

Cependant, si l'adaptation est source de stress, elle apparaît également prometteuse d'une nouvelle « entreprise créatrice », pour reprendre encore les mots de Tap et Esparbès-Pistre (2001). Cette entreprise créatrice permet à l'individu d'entamer un nouveau projet après avoir objectivé les composantes de la crise vécue. Changer sa perception de la situation lui permet de réorganiser son rapport au monde en trouvant de nouvelles possibilités d'action. Ses anciennes habitudes sont bousculées pour laisser place à de nouveaux comportements. Le processus d'adaptation devient un processus de traitements de l'information dans lequel l'individu reçoit des données de son environnement, cherche à leur donner du sens et à les comprendre pour pouvoir ensuite les trier, les organiser, les accepter, les transformer, etc. Ce traitement de l'information passe bien évidemment par un filtre subjectif, personnel, teinté des expériences précédentes de l'individu et de ses représentations. Mais il lui permet

également de s'en extraire pour créer de nouvelles représentations et s'intégrer dans un nouveau projet, un nouvel à-venir.

L'adaptation ouvre ainsi à une réflexion sur les notions d'organisation et de réorganisation, que l'on retrouve également dans le domaine de la systémique, comprise comme l'étude des systèmes organisés. Dans cette optique, l'adaptation est traitée comme le processus de réorganisation d'un système qui, après une perturbation générée par son environnement, suscite un phénomène d'émergence de nouvelles potentialités du système. De la cybernétique à la pensée complexe en passant par l'étude des systèmes dynamiques et l'autopoïétique, la systémique considère l'adaptation dans une perspective ouverte sur les principes d'auto-organisation et d'émergence. Pour ma part, je m'attarderai, dans la section suivante, à l'apport de la théorie des systèmes dynamiques et de la pensée complexe quant à la question de l'adaptation.

### 2.1.3. Perspectives de la systémique

#### 2.1.3.1. Les systèmes dynamiques

Originellement, l'auto-organisation, concept né de la cybernétique au milieu du 20<sup>e</sup> siècle, renvoie à l'idée que tout système organisé est autonome dans son évolution, lui permettant de réorganiser sa structure, c'est-à-dire l'ensemble des éléments qui le constituent, à la suite d'un désordre. Les systèmes auto-organisés démontreraient une très grande capacité d'adaptation, réagissant à des perturbations internes ou externes par le réagencement incessant de leurs éléments. La théorie des « systèmes dynamiques » telle qu'initiée par le neurophysiologiste russe Nikolai Bernstein (1967), renvoie directement à cette compréhension de tout organisme vivant comme système auto-organisé. Bernstein développe le principe des « degrés de liberté » pour



rendre compte de la multiplicité des paramètres qui entrent en jeu dans l'organisation d'un système :

Berstein défend en effet que le système nerveux central paramètre la tension, la force et la temporalité utiles au mouvement, mais que l'exécution du mouvement en termes de vitesse, trajectoire est définie par les relations dynamiques qui s'établissent, pour une tâche donnée, entre les propriétés physiques du système moteur et les propriétés de l'environnement. (Rondal et Espéret, 1999, p. 198)

Dans cette perspective, les propriétés d'un système sont appelées « émergentes » puisqu'elles naissent des interactions complexes qui prennent place entre de multiples éléments. De plus, la théorie des systèmes dynamiques soutient que cette émergence est reliée à un principe de non-linéarité, exprimant une discontinuité dans les changements, les apparitions et les disparitions de nouveaux comportements du système. Cependant, il s'agit de comprendre que ces changements auront tous lieu à la suite d'une « instabilité » du système, elle-même due à des perturbations internes ou liée aux changements de l'environnement. Les systèmes dynamiques jouent ainsi sur cette alternance d'états stables et instables, c'est-à-dire sur le passage d'un « puits attracteur » à un autre, dans une émergence mettant en relation tous les éléments du système. La notion de « puits attracteurs » renvoie à la question des habitudes ou des affinités de mouvements, comme le précise Didier Delignières, professeur à la Faculté des Sciences du Sport et de l'Éducation Physique de l'Université Montpellier 1 :

Un système tend à adopter, sous l'influence des contraintes qui le constituent et/ou qui pèsent sur lui, un certain type de comportement, que l'on peut qualifier de naturel, spontané ou préférentiel. C'est à ces coordinations préférentielles que l'on donne le nom d'attracteur. La principale caractéristique de l'attracteur est la stabilité du comportement correspondant, c'est-à-dire que d'un essai à l'autre, ou d'un cycle à l'autre



dans le cas d'une tâche cyclique, le comportement tend à reproduire ses caractéristiques essentielles. (Delignières, 2004, p. 5)

Si les puits attracteurs correspondent à un état stable du système, tout changement dans l'environnement ou à l'intérieur du système peut conduire à une instabilité et à l'émergence d'un nouveau puits attracteur. Les psychologues du développement Esther Thelen et Linda B. Smith (2006) décrivent ainsi le phénomène : « But as the system parameters or the external boundary conditions change, there comes a point where the old pattern is no longer coherent and stable, and the system finds a qualitatively new pattern » (p. 275). Ces changements, comme je l'ai précisé précédemment, ne se font pas de façon linéaire, mais peuvent survenir de manière irrégulière ou soudaine. La théorie des systèmes dynamiques propose alors de penser à l'élément déclencheur de ce changement, qu'on appelle le « paramètre de contrôle ». Pour illustrer ce principe, Thelen et Smith (2006) utilisent l'exemple de la marche en milieu montagneux :

Thus, because walking is a very stable attractor for human locomotion, we can walk across the room in high-heeled shoes, on varied surfaces, and even while we are talking or chewing gum [...] we can walk up hills of various inclines, but when the steepness of the hill reaches some critical value, we must shift our locomotion to some type of quadrupedal gait—climbing on all fours. [...] In the case of our locomotor patterns, the parameter change was simply the steepness of the hill to climb. Gradual changes in this parameter engendered gradual changes in our walking until a small change in the slope causes a large change in our pattern. In dynamic terminology, the slope changes acted as a *control parameter* on our gait style. The control parameter does not really “control” the system in traditional terms. Rather, it is a parameter to which the collective behavior of the system is sensitive and thus moves the system to collective states. (p. 275)

Pour les systèmes dynamiques, le paramètre de contrôle peut prendre différentes formes : « Control parameters may be highly specific, like CNS [Central Nervous

System] changes or particular muscle strength, or nonspecific, like emotional or motivational aspect » (Kamm, Thelen et Jensen, 1990, p. 773). La question à se poser serait alors : dans un changement d'habitudes motrices, quel est l'élément qui produit, favorise, encourage ou génère l'évolution?

#### 2.1.3.2. Auto-organisation et éco-organisation

Dans une autre perspective sur l'auto-organisation, la pensée complexe nous invite à concevoir le monde et la vie dans une interaction permanente entre ses différentes composantes. Edgar Morin (2008), sociologue et philosophe français, propose d'enrichir le concept d'adaptation en lui donnant un sens plus complexe :

[...] l'idée d'adaptation s'enrichit lorsque, cessant de se référer à l'idée insuffisante de « milieu », elle se réfère en fait à une biocénose, où elle devient activité permanente au sein d'interactions entre êtres vivants. En fin de compte, le jeu de l'adaptation ne se situe pas au niveau d'individus ou espèces isolément conçus par rapport à un environnement rigide et invariant. Il se situe dans un jeu complexe entre auto-organisation et éco-organisation. Et c'est alors que le concept d'adaptation prend son sens complexe en devenant : *intégration d'une (auto-)organisation dans une (éco-)organisation*. (p. 49-50)

L'auto-organisation et l'éco-organisation deviennent ici des concepts clés dans la compréhension de l'organisation du vivant et donc de l'adaptation. Morin propose de réfléchir le monde en termes de relations et d'interactions, développant l'idée d'une « entr'adaptation ». De ce point de vue, les éco-systèmes et les êtres vivants doivent en permanence s'entr'adapter aux événements et aux transformations des uns et des autres. Si l'un change, cela a inévitablement un impact sur l'autre, qui doit à son tour mobiliser de nouvelles ressources pour répondre à ce changement. L'auto-organisation ne peut alors être séparée de l'éco-organisation. De cette idée naît le concept d'auto-éco-organisation, chaque individu étant indissociable du contexte dans

lequel il évolue. En effet, chaque organisme porte en lui la culture, le langage et les connaissances de sa société, mais il impose également ses marques sur son environnement. Il s'agit ainsi d'une co-construction entre individu et environnement : « L'auto-éco-organisation est la conjonction nécessaire et irréductible des interactions de deux niveaux d'organisation (vivante) : le niveau interne (auto-organisation) et le niveau externe (éco-organisation) » (Mukungu Kakangu, 2007, p. 91).

Par ailleurs, avec le principe d'auto-éco-organisation, l'adaptation apparaît définitivement comme un concept mouvant : « Étant donné que l'éco-système n'est ni rigide, ni invariant, il apparaît également que l'adaptation varie et se transforme, et que la notion d'adaptation elle-même varie et se transforme » (Morin, 2008, p. 50). La confrontation à l'environnement est donc pour les organismes auto-organisés source de développement, d'évolution et, pour reprendre le terme de Morin, d'« apprentissage » : « L'éco-organisation est l'école de l'auto-organisation. Elle lui apprend à connaître par elle-même, ce qui est la vraie pédagogie. Et l'apprentissage de la vie passe par la confrontation, non seulement avec les hasards et les incertitudes, mais avec les perturbations et agressions » (2008, p. 63).

Si l'adaptation invite à penser en terme d'évolution, son étymologie même, du latin *adaptare*, implique la notion d'ajustement « en vue de » et donc introduit l'idée de but, d'objectif, et du pourquoi même de l'adaptation. Or, parce qu'elle fait glisser la question vers des préoccupations philosophiques, voire métaphysiques, la finalité de l'adaptation a été très longtemps un sujet controversé dans la littérature scientifique. C'est sur elle que je m'attarderai à présent puisqu'elle entre en résonance avec ma question de recherche sur les enjeux mêmes de l'adaptation, ce qui me conduira à introduire le concept d'émergence, indispensable pour comprendre la dynamique de réorganisation des systèmes auto-organisés.

### 2.1.3.3. De la finalité de l'adaptation à la notion d'émergence

Si l'adaptation nous amène à observer de plus près la genèse et le développement de la vie, que ce soit sur le plan ontologique ou sur le plan phylogénétique, c'est aussi pour nous interroger sur sa finalité. Cette question a été au cœur de controverses majeures entre les préformistes et les épigénistes : « Pour les premiers, la finalité relève d'une puissance surnaturelle; pour les seconds, la finalité ne peut relever que de mécanismes physico-chimiques » (Taché, 2003, p. 54-55). Elle semble cependant avoir été pendant très longtemps mise de côté étant donné son caractère insaisissable. Morin (1977), de son côté, complexifie cette problématique fondamentale des origines de la finalité, retournant aux raisons même de l'émergence de la vie :

Ici surgit le paradoxe : l'être vivant, en tant que la plus fonctionnelle, la plus richement spécialisée, la plus finement programmée des machines, est par là même la machine la plus finalisée en buts précis dans ses productions, performances, comportements. Mais, en tant qu'être et existant, il est non finalisable dans ses origines premières ni dans ses buts globaux; la double finalité du vivre individuel et du cycle de reproduction est parquée par une béance et une incertitude... (p. 362)

L'adaptation prend alors une dimension philosophique et métaphysique, interrogeant nos origines, l'orientation de chaque vie humaine, des hasards et des nécessités, et mettant de l'avant la question du pourquoi de notre évolution.

Par ailleurs, si évolution il y a, l'étude des systèmes organisés m'a conduite à m'intéresser à la notion d'émergence, que l'on retrouve à la fois dans la cybernétique, les systèmes dynamiques et la pensée complexe. L'émergence peut être définie comme le phénomène par lequel de nouvelles propriétés apparaissent dans un système en fonction des mises en relation de ses différentes composantes, alors que ces propriétés n'existent pas dans ses mêmes composantes prises isolément.

Henri Atlan, médecin biologiste et philosophe français, explique, dans son article sur l'auto-organisation publié dans l'Encyclopédie Universalis, qu'une « auto-organisation au sens fort implique que même la tâche à accomplir, le but à atteindre, c'est-à-dire ce qui définit la signification de la structure et du fonctionnement de la machine, soit une *propriété émergente de l'évolution de la machine elle-même* » ([s. d.], 3<sup>e</sup> sec.). Ainsi, à partir des avancées de la cybernétique, Atlan propose un exemple qui semble pouvoir éclairer cette notion d'émergence en la mettant en relation avec la finalité d'un système :

Un tel comportement [comportement d'émergence] peut être simulé par des programmes d'ordinateur particuliers, qui ne sont pas en fait programmés explicitement pour quelque chose de spécifique et qui pourtant exécutent quelque chose qui a un sens. Un programme de ce type, appelé Soar par ses auteurs A. Newell, J. Laird et P. Rosenbloom, se présente comme un système expert programmé pour résoudre des problèmes. Mais, à la différence d'un système expert classique auquel serait proposé un problème pour lequel la base de connaissances serait insuffisante, Soar ne s'arrête jamais. Il propose toujours une solution, même inadéquate et, à la limite, en partie aléatoire, à tout problème qui lui est proposé, en recherchant un problème jugé voisin – suivant ses propres critères –, déjà stocké dans son « espace de problèmes ». Il applique ainsi des règles générales, qui ne sont pas destinées de façon spécifique à résoudre tel ou tel problème mais à *se déplacer dans son espace de problèmes*. Il mémorise ensuite le problème et sa solution, enrichissant ainsi ses connaissances à partir d'expériences non programmées. Comme le dit Newell de façon imagée : « Soar n'a pas à être programmé pour faire quelque chose », ou encore : « Soar est finalisé (*goal oriented*) », mais pas seulement parce qu'il a appris des buts dans sa mémoire. Il est finalisé, orienté vers des buts parce que ceux-ci émergent de ses interactions avec l'environnement. Il construit ses propres buts chaque fois qu'il ne peut pas simplement continuer. (3<sup>e</sup> sec.)

Cette perspective nous ramène à une vision téléologique de l'adaptation, c'est-à-dire à une adaptation modulable et se transformant au fil du temps. Atlan précise : « Ainsi, ce qui caractérise une auto-organisation au sens fort est l'absence de but défini à l'avance et l'émergence de ce qui apparaît, après coup, comme un comportement



fonctionnel, c'est-à-dire ayant un sens » (3<sup>e</sup> sec.). Les significations fonctionnelles du système sont donc issues de processus internes, produites et transformées par le système lui-même, mais à partir de ses interactions avec l'environnement. De plus, je retiens de cette citation le fait que le système auto-organisé évolue à partir de ses expériences, par essais et erreurs, construisant ainsi de nouvelles solutions à partir de ses expériences passées. Cette vision endogène et évolutive de la construction de sens chez l'individu auto-organisé n'est pas sans renvoyer à une approche constructiviste de l'apprentissage qui place en son centre le sujet lui-même, construisant ses connaissances au fil de ses nombreuses interactions avec l'environnement, à partir de représentations qu'il en a déjà.

Ici se termine mon parcours au cœur des repères théoriques sur l'adaptation. La sélection des auteurs présentés témoigne des lectures qui ont fait le plus écho à l'expérience que j'ai vécue en studio : l'adaptation interroge l'échange permanent entre soi et le monde, l'individu qui la vit cherchant à déjouer le déséquilibre inhérent à tout changement pour s'engager dans un processus d'équilibration, une évolution de sa connaissance et une ouverture vers l'émergence de nouveaux comportements.

## 2.2. La relation à la gravité

Dans cette deuxième partie des repères théoriques, j'examinerai la question de la relation à la gravité. Comme tout processus de création, un travail de recherche nécessite de faire des choix. Pour reprendre les termes de Roquet (2002) : « Nous ne parlons pas en danse du poids d'une masse inanimée calculable par le physicien mais de la perception du poids d'un être en mouvement, en perpétuelle adaptation aux lois de la gravitation » (p. 110). J'ai donc volontairement omis l'étude biomécanique de la relation à la gravité pour m'attacher à observer ses fonctions relationnelle et symbolique.

Tout d'abord, je retournerai aux sources de la construction de la relation à la gravité à travers son inscription dans l'histoire personnelle de chacun. J'examinerai par la suite comment elle porte les empreintes d'un contexte social et culturel. Je terminerai en présentant comment, dans un échange permanent entre l'intime et le social, la relation à la gravité peut avoir une fonction adaptative.

### 2.2.1. Inscription d'une histoire personnelle

Si l'on veut dépasser les contradictions entre ce qui est d'ordre biologique et ce qui relève du psychologique, ou encore entre le psychologique et le sociologique, il faut étudier l'homme dès le commencement, non seulement sur le plan de la phylogenèse, mais sur le plan de sa propre ontogenèse et prendre connaissance de ce que lui offre la nature, mais également de ce que l'homme construit dans le cadre de son environnement. Les ténèbres de l'enfance ne sont ni simple obscurité silencieuse, comme le veulent certains, ni clarté illuminante, comme le prétendent d'autres. Elles sont la confrontation de l'être avec le monde, la naissance d'une opacité constructive, l'ouverture de l'organisme envers sa propre structure et envers le réel, réel qu'il transforme et fait, de son expérience individuelle, un général transmissible et communicable. (Ajuriaguerra cité par Berthoz, 1993, p. 1)

Le neuropsychiatre et psychanalyste Julian de Ajuriaguerra propose, dans la citation ci-dessus, d'étudier l'homme à partir de son ontogénèse, ce qui permet de mieux comprendre sa relation à l'environnement, tout en offrant un point de vue ouvert à la fois sur la biologie, sur la psychologie et sur la sociologie. Pour ma part, il m'a également paru essentiel de retourner, dans une perspective holistique, aux sources de la construction de la relation à la gravité de chaque individu afin de mieux la comprendre et de mieux en saisir les ressorts dans le travail du danseur. Comment avons-nous développé notre capacité à nous tenir debout, à faire face aux allers-retours constants entre équilibre et déséquilibre? Suzanne B. Robert-Ouvray (1996), psychothérapeute et psychomotricienne, explique qu'à la naissance, après un examen

médical rigoureux du nouveau-né, « [o]n annonce à la mère : “il va bien, il est en pleine forme” » et que « tout le reste est une question de relation » (p. 29). En effet, le nouveau-né est un petit être immature, totalement dépendant de son entourage pour vivre, pour se développer. Sa relation à sa mère et plus largement à son entourage est primordiale pour sa survie et son développement, en sorte que la fonction tonique, selon la terminologie employée par les psychomotriciens, devient la base même de sa relation à autrui.

Henri Wallon a été sans aucun doute le chef de file des chercheurs qui ont su faire ressortir ce lien inextricable entre la fonction tonique et le développement psychique et émotionnel de l'enfant. Il s'est attaché à démontrer l'importance du tonus musculaire dans la formation du caractère chez l'enfant, les variations de tonicité sous-tendant les variations émotionnelles et réciproquement. En effet, dans la fusion affective qui existe entre la mère et l'enfant, l'activité tonique et les émotions agissent de pair, les variations de tonus participant directement à l'expression des émotions, et inversement, les émotions exerçant une influence directe sur l'état tonique :

Le rôle qu'elle joue dans la vie psychique, l'émotion le doit au domaine particulier de sensibilité et de mouvement d'où elle est issue, le domaine de la sensibilité et des réactions posturales. [...] Car aux modifications du tonus et des attitudes sont liées des modifications de la sensibilité affective. Entre les deux il y a réciprocity d'action immédiate. Ainsi se spécifient et s'intensifient les émotions. (Wallon, 1949, p. 146)

Pour Wallon, il est indéniable que l'activité posturale et l'activité de relation se construisent conjointement, la vie émotionnelle participant de l'une et de l'autre, et ce tout au long de notre vie, ce que précise également Robert-Ouvray (1996) : « les augmentations et les baisses de tensions liées aux situations relationnelles, restent toute notre vie nos systèmes de référence et d'orientation affective par rapport aux autres » (p. 96).

Par ailleurs, la fonction tonique, en étant reliée aux émotions et à la vie relationnelle, se trouve aux sources de la communication. Le nouveau-né qui ne souffre pas de lésions neurologiques oscille entre des états d'hypertonie exprimant un manque ou un besoin et des états d'hypotonie, la satisfaction du besoin entraînant une détente extrême (Robert-Ouvray, 1996). Ces variations toniques sont pour l'enfant un outil de communication essentiel. Grâce à elles, il communique avec sa mère et son entourage afin d'exprimer ses besoins primaires de se nourrir, de dormir, de se sentir en sécurité. Et si l'enfant communique ses propres besoins par des variations toniques, il réagit également aux stimuli de son environnement, à une manière d'être porté, manipulé, soigné. Dans ce même ordre d'idées, Donald Winnicott, médecin psychanalyste anglais, a développé le concept de « holding », de l'anglais *to hold*, qui signifie « porter » et qui doit être compris au sens large du terme, comme la manière dont une mère porte et soutient son enfant, aussi bien physiquement que psychiquement. Le terme « holding » souligne le lien fondamental existant entre toutes les sphères de la vie du bébé de même que l'importance d'un soutien physique adéquat afin de structurer sa vie psychique. La relation à la mère est centrale dans la structuration de la vie de l'enfant, relation basée sur une très forte résonance posturale entre eux, ce qu'Ajuriaguerra, s'inspirant directement des théories de Wallon, a appelé le « dialogue tonique » :

Ce dialogue tonique qui jette le sujet tout entier dans la communication affective ne peut avoir comme instrument à sa mesure qu'un instrument total : le corps. Le corps est intégré aussi bien objectivement que subjectivement en tant que corps en relation et non en tant que forme ou masse abstraite considérée en soi. D'autre part, ce corps en relation n'est intégré que par l'intermédiaire du corps d'autrui et dans la mesure où le corps propre se projette dans le corps d'autrui et l'assimile, en premier lieu, par le jeu du dialogue tonique. (Ajuriaguerra cité par Fortini, 2009, p. 37)

Ce dialogue tonique s'inscrit dans une fusion affective primitive entre la mère et l'enfant et serait la base de la construction de la personnalité. Le nouveau-né, interagissant en permanence avec son environnement et ses proches, ne peut se vivre que dans cette relation nécessaire à l'autre, en fusionnant expériences toniques et expériences émotives. C'est dans cette relation à autrui première qu'il peut se développer et accéder à sa propre identité :

C'est à partir de l'indistinction de la conscience du moi de celle d'autrui que se préparent les bases de l'affirmation véritable du moi. Cet auteur [Wallon] admet que l'imitation d'autrui peut être envisagée sous l'angle d'une véritable imprégnation posturale et la relation tonique n'est qu'expérience du corps; à l'inverse, le corps est le produit vécu de cette expérience tonique. (Ajuriaguerra, 1962, p. 145)

Or, à cette empathie première et fondamentale suit le stade du miroir (entre six et douze mois), au cours duquel l'enfant prend conscience de son unité corporelle et de sa différenciation d'avec autrui. L'autonomisation de l'enfant se concrétise dans le processus d'accession à la verticalité, qui devient alors une nouvelle étape fondatrice de la relation à la gravité et se fera, comme le précise Godard en entretien (Dobbels et Rabant, 1994), « non par la structure corporelle, mais par les événements qui me portent » (p. 69). À cette autonomisation physique, il faut ajouter, comme le mentionne le neuropsychiatre Erwin Straus (2004), que l'accession à la verticalité entraîne une modification dans la capacité de parler de soi à la première personne du singulier : « Durant les premières années, l'enfant emploie son prénom quand il parle de lui. Mais, lorsqu'il a atteint l'âge de se tenir fermement sur ses pieds, il commence à utiliser le pronom "je" pour se désigner » (p. 26). La « position érigée », pour reprendre les termes de Straus (2004), amène l'individu à mettre de la distance entre lui et l'autre, entre lui et le monde, mais également à ouvrir son horizon d'action, son champ de vision. Pour Godard, cette accession à la verticalité impose en outre une nouvelle dimension spatiale à l'individu. À la relation enfant-mère vient s'ajouter



celle de l'espace vertical entre ciel et terre, ce qui n'est pas sans rappeler la notion de triangulation œdipienne psychanalytique comme le précise Godard en entrevue :

L'autonomie gravitaire se fait par la séparation d'avec l'objet d'amour. C'est cette séparation qui me rend autonome. À partir de ce moment, on peut parler d'une triangulation spatiale aussi bien que d'une triangulation affective. Un troisième personnage surgit au niveau œdipien, tandis qu'au niveau de la constitution de la musculature gravitaire, surgit une nouvelle direction. La pondéralité, donc l'existence incarnée, s'accompagne tout de suite d'une direction spatiale, d'une attention dirigée. Ces deux vecteurs, le vecteur pondéral et l'attention dirigée, constituent un axe gravitaire, axe immédiatement coloré par le dialogue établi avec l'objet d'amour. [...]. Or, cet état tonique est lié à la constitution propre de cette histoire particulière qui m'a rendu indépendant gravitairement. (Dobbels et Rabant, 1994, p. 68)

La relation à la gravité est ainsi teintée de toute l'histoire ontologique et de la manière de vivre les relations à autrui et à l'environnement; elle résulte en une manière de se positionner debout face à autrui. Car l'enfant n'accède pas à la verticalité pour répondre, encore une fois, à une structure, mais bien pour explorer le monde, le découvrir et interagir avec lui.

### 2.2.2. Inscription d'un contexte social et culturel

La relation à la gravité, dans sa fonction d'expression de la vie affective, met en jeu l'individu dans son environnement. Celui-ci, dans lequel il agit, s'inscrit dans une culture. Il est un environnement social teinté de codes, d'habitudes, de manières d'agir et d'interagir. À l'histoire personnelle s'ajoute donc un contexte social, une appartenance à une société particulière. À ce titre, Roquet (2002) mentionne :

Il est fort probable que la façon dont nous avons été portés va influencer en partie la façon dont nous porterons à notre tour et la culture environnante tient une place non négligeable dans ce phénomène. Nombre d'expressions de notre langue soulignent le lien entre le portage et ses aspects psychologiques : un enfant est "insupportable", untel se sent "soutenu dans ses projets", un autre se sent "déstabilisé" ou bien encore "désorienté" [...] L'adaptation concomitante entre celui qui porte et celui qui est porté s'effectue dans une série d'actes (soulever, tenir, déplacer, déposer, etc.) et ces *patterns* d'interaction sont dépendants non seulement des individus eux-mêmes mais encore de l'éducation et de la société à laquelle ils appartiennent. (p. 107)

La relation à la gravité devient, au-delà de l'histoire personnelle, le lieu de l'inscription d'un contexte social et culturel, permettant à chacun de s'intégrer dans une communauté mais aussi, par sa remise en question, d'en sonder les codes et les valeurs. Au-delà de l'aspect physiologique et biomécanique, la relation à la gravité est une posture face au monde, dans le sens d'un positionnement, d'une manière d'être et d'agir, ou pour reprendre les termes de Straus (2008), une « attitude définitive envers le monde » (p. 23). La qualité de la relation à la gravité teinte donc la « posture », à comprendre dans les deux acceptions du mot, c'est-à-dire à la fois comme une « attitude particulière du corps » ou une « position », mais également comme la « situation d'une personne » (Robert, Rey-Debove et Rey, 2014). La posture désigne une façon de se tenir, une façon d'être, et cela, dans toutes les sphères de la vie. Par elle, l'individu développe une présence particulière à l'environnement, se rend disponible dans l'échange avec l'extérieur, dans tous les possibles du donner et du recevoir. En ce sens, il n'est pas étonnant de retrouver les termes « posture professionnelle » lorsqu'il est question d'éthique au travail ou de manière d'agir envers ses collègues, ses patients, ses clients, etc.; ou encore de retrouver ceux de « posture épistémologique » lorsque les chercheurs se situent ou se positionnent quant aux théories de la connaissance qui sous-tendent leurs travaux.

Par ailleurs, de manière plus générale, le corps a été abordé par de nombreux auteurs en sciences humaines comme lieu d'inscription privilégié d'un contexte social et culturel. Dans son article « Les techniques du corps » (1936), l'anthropologue Marcel Mauss proposait déjà une lecture du corps comme manifestation d'une culture, d'une éducation : « J'entends par ce mot [techniques du corps] les façons dont les hommes, société par société, d'une façon traditionnelle, savent se servir de leur corps » (p. 1). La marche, la course, la nage, etc., apparaissaient dès lors comme des manières d'incorporer le bon usage d'actions particulières tel qu'il était déterminé par les sociétés elles-mêmes. Par la suite, les sociologues Durkheim, Weber, Spengler, Elias et surtout Bourdieu ont utilisé le terme « habitus » pour marquer l'institution du social dans les corps (Godin, 2004). Bourdieu (1980) définit l'« habitus » comme :

[des] systèmes de dispositions durables et transposables, [des] structures structurées disposées à fonctionner comme structures structurantes, c'est-à-dire en tant que principe générateurs et organisateurs de pratiques et de représentations qui peuvent être objectivement adaptées à leur but sans supposer la visée consciente de fins et la maîtrise expresse des opérations nécessaires pour les atteindre [...] (p. 88-89)

À partir de cette définition, on peut supposer que le danseur, élevé au sein d'une société et formé à son métier dans un milieu empreint de codes et de représentations, aurait incorporé un certain nombre d'« habitus » mettant en jeu des façons de sentir, de penser et d'agir correspondant aux exigences de ses pairs. De son côté, le philosophe Michel Foucault analyse dans son livre *Surveiller et punir* (1975), comment les formes de pouvoir façonnent les corps et comment ces corps dits « dociles » sont employés comme instruments de maintien du pouvoir.

En danse, Fortin, Vieira et Tremblay (2008) abordent la construction des corps dansant en fonction des formes et des techniques de danse apprises et en fonction de la manière dont les valeurs morales et sociales sont véhiculées dans le cadre des

formations et dans le milieu professionnel. Tout comme le développement ontologique de l'individu avait construit un rapport particulier à la gravité, la formation de l'interprète participerait à l'inscription d'une attitude, d'une posture, aussi bien métaphorique que concrète. Cette perspective évoque les propos tenus par Roquet et Launay (2008) quant à la difficulté, dans la création chorégraphique, de réellement agir sur la posture sans remettre obligatoirement en jeu les codes mêmes d'une société dans laquelle on s'est construit et développé.

À la lumière de cette articulation entre le personnel et le social, le travail sur la relation à la gravité apparaît comme la recherche permanente d'une équilibration entre soi et l'environnement, d'une adéquation entre ce qui nous constitue intimement et ce que le contexte nous propose. Or, cette double relation à soi et au monde m'amène à considérer à présent la relation à la gravité dans sa fonction adaptative, c'est-à-dire dans l'articulation des espaces intime et social inhérents à la vie de chaque individu.

### 2.2.3. Fonction adaptative

La relation à la gravité peut être comprise comme un processus d'expression de la vie affective, un moyen privilégié pour entrer en communication avec autrui et s'intégrer dans son environnement. Dans ce sens, elle semblerait étroitement rattachée à la capacité d'adaptation de l'individu, qui se construit dans un aller-retour permanent entre ses sensations et ses interactions avec autrui et avec son environnement. Pour Wallon, le tonus musculaire intervient dans le processus d'adaptation émotionnelle. Michel Bernard (1995), philosophe et professeur émérite en esthétique théâtrale et chorégraphique à l'Université Paris 8, le précise ainsi : « L'émotion en effet, est, aux yeux de Wallon, une forme d'adaptation au milieu et plus spécifiquement à autrui, intermédiaire entre celle primitive et mécanique des automatismes et celle plus



élaborée et réfléchie des représentations » (p. 37). Les variations du tonus musculaire seraient alors l'expression des variations de la vie émotionnelle et, dans ce sens, un moyen privilégié permettant de moduler tout comportement envers autrui et de réagir à toutes sortes de situations relationnelles. Cette vision de la relation à la gravité, comprise comme processus d'adaptation aux différentes situations de la vie, est partagée et développée par Danis Bois, spécialiste en fasciathérapie et en somatopsychopédagogie, comme le rapporte Christian Courraud (2007), fasciathérapeute également :

Bois entrevoit de son côté le tonus comme une des expressions de la force d'autorégulation physique et psychique de la personne. La réaction tonique est pour lui l'expression concrète de la volonté d'une personne de se modifier, de s'adapter à la situation qu'elle est en train de vivre dans le présent, dans le passé ou dans le futur. [...] Tous les tissus du corps et en particulier les fascias<sup>13</sup> des muscles, des viscères, des os ou des vaisseaux, bénéficient ainsi d'une activité tonique qui fait partie des stratégies d'adaptation naturelles et physiologiques du corps. Pour Bois, cette activité tonique préneuronal est la réaction naturelle du corps face à une situation inhabituelle et inconnue. L'existence d'un psychotonus est, pour Bois, une des hypothèses que l'on doit retenir lorsqu'on parle d'une force interne autonome, non réfléchie et qui s'exprime à travers le corps : *« J'émetts l'hypothèse que ce psychotonus est dévoué à l'immédiateté et à l'imprévisible et traduit la force d'adaptabilité physique et psychique d'une personne »*. (Courraud, 2007, p. 35)

À travers sa méthode de fasciathérapie, Danis Bois travaille à détendre les fascias afin de rendre le corps plus apte à entrer en mouvement et à s'adapter à son environnement. Ce travail de fasciathérapie s'accompagne d'un processus de conscience et d'attention sur tous les changements somatiques que l'on peut éprouver :

---

<sup>13</sup> Fascias : tissus conjonctifs du corps qui enveloppent et relient entre elles toutes ses structures.



Faire retrouver à une personne sa capacité d'adaptabilité, c'est lui faire prendre conscience, lui permettre de ressentir et de vivre dans son corps les modifications qui sont le signes de son adaptation. Le but de la méthode Danis Bois, c'est faire entrer la personne en relation avec l'intelligence d'adaptation physique du corps. (Bollard, 2009, p. 53)

Yvan Joly, psychologue, praticien et enseignant de la méthode Feldenkrais, soutient également l'importance de ce travail de conscience qui, d'un point de vue somatique, « fait partie des mécanismes mêmes d'autorégulation des systèmes vivants » (Joly, 2000). Dans cette optique, la docteure Gerda Alexander a basé sa méthode d'éducation somatique appelée l'« Eutonie » sur la régulation du tonus musculaire, accomplie à partir d'un travail de conscience et d'apprentissage. Elle considérait que l'accès au tonus musculaire permettait d'agir directement sur l'adaptabilité de la personne, comme peut le démontrer le choix même du nom de sa méthode : « Le mot "eutonie" (du grec eu = bien, harmonie, juste, et tonos = tonus = tension) a été créé en 1957 pour traduire l'idée d'une tonicité harmonieusement équilibrée et en adaptation constante, en rapport juste avec la situation ou l'action à vivre » (Alexander, 1976, p. 21). Pour Alexander, la capacité de réguler son tonus musculaire permet à l'individu de s'adapter aux différentes situations de la vie quotidienne et de pouvoir vivre en société. La modulation du tonus contribuerait de manière significative à l'intégration de chacun dans un groupe : « Sur le plan du comportement social [...], l'adaptabilité du tonus est essentielle à une véritable participation sociale, au-delà d'une simple compréhension intellectuelle » (p. 39). Alexander défendait enfin l'idée qu'en développant un travail de prise de conscience et de modulation fine du tonus, l'eutonie aide au développement de notre capacité à répondre à toutes les sollicitations de la vie. En ce sens, on trouve, en complémentarité aux méthodes d'éducation somatique, des approches de relaxation à vocation psychothérapeutique ou encore des thérapies manuelles, qui démontrent toutes un intérêt spécifique pour le travail de la régulation du tonus musculaire afin d'accéder à une meilleure connaissance de soi et une meilleure relation avec son

entourage. En outre, il n'est pas étonnant de constater que ce travail sur la relation à la gravité, que ce soit dans ces méthodes de relaxation, de thérapie manuelle ou d'éducation somatique, se fait toujours sur un mode intégratif qui inclut l'ensemble des aspects (moteur, psychique, émotionnel) de la personne.

En somme, il est important de faire valoir toute la charge émotive et symbolique de la relation à la gravité : instance éminemment personnelle, sensible, trame poétique du geste nourrie d'un imaginaire du ciel et de la terre fécond, dépassant une lecture biomécanique et découpée du corps. Être soumis à la loi de la gravité reviendrait à reconnaître notre interdépendance à un contexte politique, social et culturel. Or, le danseur la vit également à travers ses sensations, son expérience de l'espace, du mouvement et de l'autre dans la création. Le mouvement dansé soumis à la gravité devient cet espace symbolique et expressif du geste, entre ciel et terre, ancrage de ses racines, équilibre suspendu, chute et déséquilibre dynamique.

Pour conclure ce chapitre II, je pourrais dès à présent tisser des liens très étroits existants entre la relation à la gravité et l'adaptation. En effet, des similarités ressortent de ces repères théoriques entre mes deux intérêts de recherche. Tout d'abord, je note le caractère fondamental de la question de la « relation ». Alors que la construction de la relation à la gravité ne semble pouvoir se réaliser que dans un rapport affectif et dynamique au contexte, l'adaptation interroge de l'intérieur cet échange entre soi et le monde, entre soi et le contexte. Par ailleurs, l'adaptation renvoie à la complexité des systèmes auto-organisés, à l'émergence de leurs caractéristiques, à leur autonomie et à leur sensibilité par rapport aux perturbations internes et externes. De plus, si la relation à la gravité joue concrètement sur le déséquilibre permanent et la recherche d'un équilibre précaire, sensible et vivant,

l'adaptation se situe également dans une dialogique équilibre/déséquilibre qui amène l'individu à remettre en question ses habitudes et à réagir à des pertes de repères. Enfin, varier sa relation à la gravité consisterait, pour le danseur, à être capable de créer de nouvelles relations dans sa propre corporéité, de nouvelles dispositions pour entrer dans un processus créateur de gestes. L'adaptation, quant à elle, résonne dans cette question de la création de soi, le processus d'adaptation pouvant être vécu comme un processus créateur de nouveaux projets, de nouveaux sens dans l'activité.

## CHAPITRE III

### MÉTHODOLOGIE

Je me suis engagée dans ce processus de recherche doctorale avec le désir de mieux comprendre ma pratique d'interprétation en danse contemporaine. Je souhaitais plus spécifiquement saisir les défis et les enjeux de mon adaptation à divers projets chorégraphiques, une intuition de travail m'amenant à me questionner sur l'engagement de ma relation à la gravité dans ce processus d'adaptation. De janvier à juin 2010, j'ai donc travaillé avec trois chorégraphes aux univers contrastés sur trois courts soli d'une trentaine de minutes chacun. Je m'inscris dans le courant de la recherche en pratiques artistiques dans lequel le praticien-chercheur est immergé dans une pratique tout en étant engagé dans un processus réflexif sur cette même pratique, transformant une connaissance implicite en savoir explicite. Comme le spécifient Pierre Gosselin et Diane Laurier, respectivement professeurs à l'Université du Québec à Montréal et à l'Université du Québec à Chicoutimi, « de plus en plus de praticiens du domaine des arts s'inscrivent dans des démarches de recherche théorique dans le but d'arriver à saisir et à donner forme à un savoir intimement lié à leur engagement dans la pratique artistique » (2004, p. 167). Cette tendance démontre l'importance de revenir à la base de l'expérience du praticien pour en saisir le sens. Pour poursuivre mon objectif de recherche, mes choix méthodologiques ont été intrinsèquement liés au développement de ma problématique de recherche ainsi qu'à mon positionnement épistémologique. Aussi je n'ai pas choisi de suivre une méthodologie spécifique, mais plutôt d'emprunter des outils à diverses approches afin de réaliser ce que Monik Bruneau, didacticienne en danse à l'UQAM, et Sophia L. Burns, artiste plasticienne, appellent une « méthodologie générale » ou « hybride » :



« Cette solution alternative permet au chercheur de s'adapter aux contingences de l'objet qui l'intéresse en prenant en compte le contexte et en introduisant dans son protocole de recherche des outils et des démarches appartenant à des épistémologies ou à des méthodologies différentes » (2007, p. 84). Je présenterai dans ce chapitre mes choix méthodologiques. Dans un premier temps, la perspective de la théorisation-en-action (TA) me permettra d'explicitier mon positionnement épistémologique. Ensuite, il sera question du paradigme de recherche post-positiviste et de l'approche heuristique qui serviront de toile de fond à mon étude. Dans un troisième temps, je présenterai la collecte des données empiriques, inspirée des méthodes ethnographiques. J'explicitierai enfin les étapes de mon analyse des données. Mais tout d'abord, je mettrai en contexte cette recherche en décrivant le projet de création sous-tendant ma démarche de théorisation.

### 3.1. Le projet de création

Cette étude doctorale s'inscrit dans un projet de recherche-crédation en interprétation. J'ai effectué cette recherche à partir de ma pratique de danseuse, le projet consistant à expérimenter trois différentes approches chorégraphiques à travers la création de trois soli. Il est important de préciser ici que cette approche ternaire a été un choix réfléchi : travailler avec deux chorégraphes aurait certainement créé une dynamique comparative bidimensionnelle alors que travailler avec quatre chorégraphes ou plus aurait rendu mon projet trop large et difficilement gérable du point de vue de la logistique et de l'ampleur de la collecte de donnée. C'est pourquoi j'ai décidé de travailler, de janvier à juin 2010, avec trois chorégraphes, qui ont créé chacun, à ma demande, une courte pièce chorégraphique de vingt à trente minutes. Je souhaitais à travers l'expérience vécue dans ces trois créations observer comment mon adaptation à différents projets chorégraphiques pouvait s'articuler avec les possibles variations de ma relation à la gravité, tout en comprenant les enjeux et les impacts d'un tel

phénomène sur mon activité professionnelle et sur ma vie personnelle. Pour ce projet, j'ai choisi de travailler avec des chorégraphes qui répondaient à deux critères : premièrement, celui de proposer des univers chorégraphiques et des langages gestuels très différents les uns des autres; deuxièmement, celui de susciter chez moi un intérêt ou une curiosité artistique. J'ai donc fait appel à Kelly Keenan et George Stamos de Montréal ainsi qu'à Anne-Marie Pascoli de Grenoble (France). Dans les prochains paragraphes, je présenterai brièvement leur parcours artistiques et je reviendrai sur ce qui m'a amenée à les inviter.

### 3.1.1. Les chorégraphes

Kelly Keenan est une interprète, chorégraphe et pédagogue travaillant principalement à Montréal. Après une formation à l'École de danse contemporaine de Montréal en 2001, elle danse pour plusieurs chorégraphes dont Lynda Gaudreau, Kg Guttman et Francesca Pedulla. En 2004, elle se rend à Bruxelles afin de suivre une formation en Axis Syllabus, approche pédagogique en danse développée par le danseur d'origine américaine Frey Faust, et dont elle deviendra enseignante certifiée en 2006. Elle enseigne régulièrement, depuis, dans de nombreuses institutions professionnelles à Montréal, en Europe et aux États-Unis. Elle développe également un travail de chorégraphe depuis 2006, créant plusieurs soli et duos dont *Sololuna* (2006) ou *Species* (2009). Le travail de cette jeune chorégraphe a surtout été présenté dans des petites salles de spectacle telles que Tangente ou le Studio 303 à Montréal.

Avant de commencer mon projet doctoral, je connaissais Kelly pour avoir suivi des cours avec elle à plusieurs reprises. J'admirais son travail et sa manière d'aborder la danse. Son approche gestuelle m'intéressait particulièrement pour sa logique organique et fluide, basée sur une grande connaissance et un grand respect des lois anatomiques et physiques du corps. Je souhaitais également expérimenter son travail

au sol, qui est extrêmement varié et que j'avais pu effleurer en prenant quelques classes avec elle. Je reconnaissais enfin, dans son travail, une relation à la gravité fondamentalement dynamique, utilisant chaque contact au sol, chaque flexion ou extension articulaire comme des élans, des impulsions à suivre et à vivre.

George Stamos est un chorégraphe originaire de la Nouvelle-Écosse vivant et travaillant à Montréal. Diplômé en 1993 de la School for New Dance Development à Amsterdam, il mène en parallèle une carrière d'interprète, travaillant pour de nombreux chorégraphes tels que Benoit Lachambre et Sarah Shelton Mann, et une carrière de chorégraphe. Il est reconnu pour ses œuvres aux univers déjantés, interrogeant les problématiques de genre, de sexualité et d'identité tout en mêlant vidéo, musique *live*, manipulation d'objets et textes. Ses œuvres ont été présentées au Canada, aux États-Unis et en Europe, dans des théâtres établis tels que l'Agora de la danse à Montréal ou le Baryschnikov Dance Center à New York et dans le cadre de festivals internationaux comme le Vancouver International Dance Festival ou le Canada Dance Festival.

En cherchant avec qui je pourrais travailler pour mon projet doctoral et en demandant des suggestions à quelques amies danseuses et quelques personnes du milieu de la danse, le nom de George est revenu à maintes reprises. Cette suggestion me renvoyait à mon désir de travailler aussi bien avec des chorégraphes hommes qu'avec des chorégraphes femmes; mais surtout, George m'intriguait par le mélange des diverses influences qui traversaient son parcours et qui demeuraient très visibles dans ses pièces (formation dans diverses techniques de danse moderne et contemporaine, initiation au Qi Gong, expérience en éducation somatique, ou encore, dans un autre registre, son expérience de *gogo dancer* dans un club londonien). Les différentes pièces que j'avais pu voir de lui me semblaient très éloignées, dans leur forme et surtout dans leur thématique, des pièces que j'avais pu interpréter, les siennes

donnant à voir un univers excentrique très éclaté. Enfin, son intérêt pour l'utilisation du masque dans ses dernières pièces me semblait être tout à fait intéressant par rapport à mon sujet d'étude, amenant possiblement la question de l'influence du costume quant à la relation à la gravité du danseur.

Anne-Marie Pascoli est une chorégraphe française installée à Grenoble. Après une formation en danse classique, elle se tourne vers la danse contemporaine en menant une carrière d'interprète, d'enseignante et de chorégraphe. Avec une licence en biologie et un diplôme d'état en psychomotricité, son parcours de chorégraphe est nourri des différentes pratiques rencontrées tout au long de sa carrière : les méthodes d'éducation somatique (Feldenkrais, Eutonie, Body-Mind Centering), le tai-chi, les « Release Techniques ». Avec sa compagnie, elle a créé plus d'une vingtaine d'œuvres qui ont tourné en France et à l'étranger. Depuis 1996, elle développe également un travail chorégraphique *in situ*, ouvrant l'espace de représentation et s'intéressant à la relation public/œuvre.

Le travail d'Anne-Marie Pascoli m'a été présenté par Madame Nicole Harbonnier, ma co-directrice de thèse, qui le connaissait depuis une vingtaine d'années en France. Après avoir visionné en vidéo ses dernières recherches chorégraphiques *in situ* et après m'être renseignée sur son parcours de chorégraphe, j'ai tout de suite pensé que son approche pourrait venir compléter ma recherche. Son intérêt pour les pratiques somatiques faisait particulièrement écho à mes propres intérêts de pratique. Ses derniers travaux *in situ* démontraient également une grande qualité d'attention à l'espace dans le développement de sa gestuelle, ce qui me semblait moins présent chez les deux autres chorégraphes. Enfin, je trouvais surtout intéressant d'aborder le travail d'une chorégraphe qui m'était auparavant totalement inconnue.



Chaque chorégraphe a été approché à l'été 2009, de vive voix pour Kelly et par courriel pour George et Anne-Marie. Je leur ai expliqué le contexte de ce projet en leur spécifiant qu'il s'agissait d'une recherche-crédation en interprétation menée dans le cadre d'une étude doctorale. Une rémunération pour leur participation au projet leur a été offerte, conformément aux procédures habituelles du doctorat en études et pratiques des arts. Je leur ai aussi expliqué brièvement ma problématique de recherche, sans entrer dans les détails de ma réflexion. Je souhaitais leur donner le mandat le plus clair possible : créer un solo pour moi en continuant leur propre recherche chorégraphique, sans se soucier de répondre à ma question de recherche. Il s'agissait en effet pour moi de recréer les conditions les plus « normales » possibles (autant que faire se peut dans le cadre d'une recherche doctorale) d'un processus de création en milieu professionnel et de ne pas influencer leur démarche chorégraphique par mes questionnements théoriques. Par ailleurs, malgré mon choix réfléchi de travailler avec ces trois chorégraphes, je reconnaissais également la part d'intuition qui m'avait guidée et le risque que cela représentait dans mon projet doctoral. N'ayant jamais travaillé comme interprète avec eux, je ne pouvais m'appuyer que sur quelques informations partielles et parfois indirectes (les cours suivis avec Kelly, les pièces que j'avais vues de George et ce que j'avais entendu de lui, les vidéos que j'avais visionnées du travail d'Anne-Marie et ce que ma directrice Nicole Harbonnier pouvait m'en dire). Je ne pouvais prévoir comment ils travailleraient en studio avec moi. Une question soulevée par ma directrice Sylvie Fortin s'avérait également intéressante : est-ce que derrière leur univers chorégraphique apparemment très différent ces chorégraphes exploraient des relations à la gravité réellement distinctes les unes des autres? Il me semblait que oui, mais le fait de ne pas avoir de réponse dans l'immédiat ne faisait que redoubler mon intérêt. En effet, cette part d'inconnu semblait être, déjà, un premier élément de l'adaptation que j'allais devoir vivre à travers leurs projets.

### 3.1.2. Considérations pratiques

Les processus de création ont eu lieu de janvier à juin 2010 :

- Du 6 janvier au 12 février : Création de *Waypoints* de Kelly Keenan
- Du 22 mars au 16 avril : Création de *Dysmorphic Delicious* de George Stamos
- Du 17 mai au 11 juin : Création de *Brenda* d'Anne-Marie Pascoli.

Avant chaque processus, les chorégraphes ont signé un formulaire de consentement éthique précisant le contexte de la recherche et leur implication<sup>14</sup>.

À chaque processus de création ont été allouées 60 heures de travail en studio, étalées sur quatre semaines. Les répétitions avaient lieu la plupart du temps en après-midi, de 13 h à 16 h. À la fin de chaque processus, la pièce créée a été représentée devant public, avec lumières et costumes, cette étape me paraissant être une phase incontournable dans la révélation de mon incorporation du matériel chorégraphique.

Toutes les répétitions ont eu lieu dans les studios du Département de danse de l'UQAM et les représentations, à la Piscine-Théâtre du Département de danse de l'UQAM.

Un concepteur d'éclairage, Rasmus Sylvest, et une costumière, Marianne Thériault, ont été engagés pour l'ensemble des projets<sup>15</sup>. Chaque chorégraphe pouvait également

---

<sup>14</sup> Voir les formulaires de consentement éthique – Annexe C.

<sup>15</sup> Voir les programmes de soirée des présentations publiques, dans lesquels sont incluses les biographies de tous les collaborateurs – Annexe B.

choisir d'engager un concepteur sonore. Kelly Keenan a demandé la collaboration du compositeur Eric Craven. George Stamos a utilisé des compositions du musicien Owen Chapman. Anne-Marie, quant à elle, a utilisé un collage de musiques qu'elle avait déjà utilisées dans des pièces précédentes ou en cours de création.

Pour la création des affiches de spectacle<sup>16</sup>, j'ai fait appel aux services d'un graphiste, Christian Bélanger. Nous avons travaillé ensemble sur un concept d'affiche commun aux trois créations, conçu à partir de ma problématique de recherche. En effet, je souhaitais, malgré l'indépendance de chacune des pièces, créer un visuel représentant l'ensemble du projet, projet que j'ai appelé *X3* pour montrer la multiplicité de mes expériences à travers ces trois processus de création. Le concept graphique propose donc trois affiches 'imbricables' les unes sur les autres, construisant un corps improbable qui joue sur le décalage et le déséquilibre, à partir de trois photos de moi prises par Christian lui-même.

### 3.2. Positionnement épistémologique

Mon positionnement épistémologique s'appuie sur celui sous-tendant la théorisation-en-action (TA) telle que développée par Domenico Masciotra (1998), chercheur et consultant en éducation proposant une théorie de la connaissance pour le praticien-chercheur qui souhaite étudier son expérience afin de développer le savoir dans son domaine. Initiée dans les années 1980 par Donald A. Schön (1994), à qui l'on doit un important travail sur le praticien réflexif, la TA est également largement nourrie du concept de l'énaction, définie par Varela, Thompson et Rosch (1993) comme le point de vue selon lequel « la cognition, loin d'être la représentation d'un monde prédonné, est l'avènement conjoint d'un monde et d'un esprit à partir de l'histoire des diverses

---

<sup>16</sup> Voir les affiches des spectacles – Annexe A.

actions qu'accomplit un être dans le monde » (p. 35). Masciotra précise que la TA est ontogénétique et qu'elle s'appuie sur la conception d'un savoir incarné qui contribue à la construction de la personne. Il fait également valoir que, dans cette perspective, « les ressources dites internes telles la connaissance, la compétence ou l'intelligence et bien d'autres choses (attitudes, émotions, etc.) se comprennent dans l'action d'une personne et de la situation dans laquelle elle se trouve » (Masciotra, 2007, p. 1). Dans le cas de la présente étude, il est certain que le travail d'interprétation en danse relève de l'agir. En effet, le danseur agit, réagit et interagit en permanence, et en situation. Je suis également d'avis que si le danseur possède un savoir, ce savoir est incarné dans l'ensemble de sa personne et toujours réactualisé par sa présence dans l'action, dans une situation donnée. En ce sens, il est également important de reconnaître que cette connaissance du danseur n'est pas figée. Elle est, au contraire, constamment en évolution.

Ma recherche se rapproche en outre de la philosophie développementaliste présente dans la TA : « La TA a pour objet l'agir expert, mais pas n'importe quel agir expert, il s'agit de celui construit par le professionnel qui conçoit l'exercice de sa discipline comme une voie, parmi d'autres, de développement, non seulement professionnel, mais aussi personnel » (Masciotra, 1998, p. 3). Je considère en effet que ma recherche doctorale correspond autant à une démarche de théorisation visant à mieux faire connaître une discipline artistique qu'à une démarche de développement dans mon parcours professionnel et personnel.

Par ailleurs, cette vision développementaliste propose de concevoir l'évolution du danseur dans une relation permanente avec son environnement. Il s'agirait de reconnaître que le danseur est à la fois situant et situé ou, pour reprendre les termes de Masciotra (1998), « contextuant » et « contextué ». De la même façon, Varela évoque la philosophie merleau-pontienne, qui indique que l'organisme donne forme à son



environnement et qu'il est en même temps façonné par lui (Varela, Thompson et Rosch, 1993). Dans cette perspective, une étude sur le danseur impliquerait de prendre en considération son état, son positionnement dans l'espace, sa présence à l'action et sa manière d'agir sur ce qui l'entoure, mais aussi comment les différents éléments de son environnement peuvent en retour influencer son processus de création et sa performance. De plus, le danseur ne sépare généralement pas sa carrière de sa vie personnelle, la danse étant sa passion et un choix de vie plutôt qu'un simple travail : « Ainsi, du point de vue des interprètes passionnés, la danse ne semblerait pas être simplement quelque chose que l'on fait, elle constituerait plutôt que l'on est comme personne » (Rip, Vallerand et Fortin, 2008, p. 183). Le danseur porte donc les expériences qu'il fait comme artiste dans les autres sphères de sa vie, son évolution et son développement personnel étant étroitement liés à sa pratique professionnelle, et vice versa. En ce sens, la théorie de l'énaction se rapproche indéniablement des fondements théoriques de l'éducation somatique, qui développe une conception holistique de l'individu et qui, à la lumière des recherches en sciences cognitives de Varela ou de Damasio (1995), défait le cogito cartésien pour parvenir au concept unifié du corps-esprit. À partir de cette épistémologie, je vais à présent exposer mon approche méthodologique, basée sur le paradigme post-positiviste et l'approche heuristique.

### 3.3. Le paradigme post-positiviste et l'approche heuristique

La présente recherche s'insère dans le paradigme post-positiviste tel que le décrivent Green et Stinson (1999), se distinguant du paradigme positiviste ontologiquement et épistémologiquement. Alors que le second reconnaît une réalité objective, observable et mesurable, le premier investigate une « réalité construite à travers l'interaction humaine » (Fortin, 2009a) et donc multiple. Dans ce type de recherche, il ne s'agit pas de donner une réponse unique et quantifiable à une hypothèse donnée mais plutôt

de chercher les pistes de sens et les multiples perspectives susceptibles d'apporter un éclairage nouveau sur un phénomène observé et/ou vécu. Green et Stinson (1999) repèrent trois courants à l'intérieur du paradigme post-positiviste et les décrivent en fonction des objectifs poursuivis par la recherche : le courant constructiviste qui souhaite décrire et comprendre un phénomène, la théorie critique qui vise à l'améliorer et à y intervenir et enfin, le courant post-structuraliste qui cherche à le déconstruire. Dans le cadre de cette recherche, je me situe dans le premier courant, le constructivisme, car je désire décrire et comprendre les défis et les enjeux de mon adaptation à trois processus de création. Les résultats de l'étude pourront éventuellement servir à améliorer certains aspects de la formation en danse ou à déconstruire certaines représentations de l'art d'interprétation en danse. Mais ce ne sont pas les objectifs premiers de cette recherche. Par ailleurs, à l'inverse de l'objectivité prônée par le positivisme, dans le paradigme post-positiviste le chercheur reconnaît sa subjectivité puisque, comme le souligne Fortin : « The researcher produces what is being researched » (2005, p. 4). Il s'agit cependant pour lui de toujours spécifier son point de vue et sa perspective d'observation du phénomène, comme le souligne Van der Maren (1995).

Différentes méthodologies de recherche se situent dans le courant constructiviste du paradigme post-positiviste : la phénoménologie, l'herméneutique, l'ethnographie, l'autoethnographie, etc. Dans le cas de cette présente recherche, la toile de fond de l'étude sera l'approche heuristique, décrite ainsi par Pierre Gosselin (2009) : « L'approche heuristique se définit comme une méthodologie de recherche à caractère phénoménologique ayant pour objet l'intensité de l'expérience d'un phénomène telle qu'un chercheur l'a vécue ». La recherche heuristique engage le chercheur dans son étude, cette immersion permettant une démarche intime au regard du processus de découverte du phénomène étudié, ce que Moustakas met en relief : « heuristic research involves self-search, self-dialogue, and self-discovery » (2001,

p. 263). L'heuristique est ainsi en parfaite affinité avec l'autopoïétique (Conte, 2001), cette dernière correspondant à la recherche conduite en pratique artistique par l'artiste lui-même. L'heuristique se base sur un va-et-vient permanent entre l'exploration et la compréhension de cette exploration, ce qui correspond au processus qu'un artiste peut vivre dans sa pratique : « L'aller-retour entre les pôles expérientiel et conceptuel représente ainsi une procédure habituelle pour le praticien du domaine de la création artistique » (Gosselin, 2006, p. 29). De la même manière, ma pratique en studio constituera la source de ma réflexion, mais cette réflexion me permettra également d'enrichir ma pratique, le tout dans un échange continu.

#### 3.4. La collecte de données d'inspiration autoethnographique et ethnographique

La collecte de données a été une étape centrale et essentielle dans cette recherche. Elle m'a permis d'aller recueillir les informations nécessaires à la compréhension de mon sujet d'étude sur le terrain même de ma pratique. Ma présence immersive sur le terrain et la collecte de données empiriques ont participé à dépeindre le plus rigoureusement possible mon expérience vécue. En ce sens, on peut dire que ces données étaient, pour la plupart, d'inspiration autoethnographique, puisqu'il s'agissait de récolter des informations sur ma propre expérience, mais certaines étaient aussi d'inspiration ethnographique, notamment lorsqu'il était question de procéder à l'entrevue des chorégraphes. Cependant, il est important de préciser que ce n'est pas parce que j'utilise ces méthodes de collectes de données que mon étude relève d'une recherche autoethnographique ou ethnographique. Fortin (2006) précise en effet qu'il faut distinguer les études ethnographiques des données ethnographiques, et de la même façon, les études autoethnographiques des données autoethnographiques :

Les chercheurs adoptant ces différentes méthodes (ethnographie, phénoménologie, heuristique, systémique) tireront profit des données ethnographiques sans pour autant réaliser une ethnographie. La collecte de données devient une opération charnière commune aux différents bricolages méthodologiques des chercheurs en pratique artistique. (p. 100)

De plus, je suis parfaitement en accord avec Fortin (2005) lorsqu'elle insiste sur l'importance d'accumuler des traces du travail artistique pour développer des connaissances et des théories sur cette pratique. Ma collecte de données a ainsi pris diverses formes : elle comprend une analyse de ma relation à la gravité en amont de la recherche, près de 180 heures d'enregistrements vidéo, trois journaux de bord, trois entrevues personnelles et une entrevue avec chacun des chorégraphes.

**Tableau 1**  
Synthèse des étapes de ma collecte de données

<b>Avant les trois processus de création</b>	Analyse de ma relation à la gravité
<b>Pendant les trois processus de création</b>	Journaux de bord
	Captations vidéo des répétitions et des présentations devant public
	Entretiens avec une tierce personne (un pour chaque processus)
	Entretiens avec les chorégraphes (un pour chaque chorégraphe)



### 3.4.1. Analyse de ma relation à la gravité

Avant de débiter les trois processus de création, j'ai réalisé une analyse préliminaire de ma relation à la gravité. Lors de cette première étape, je cherchais à saisir la teneur de ma relation à la gravité avant de commencer les processus de création en studio. Je souhaitais que cette analyse me permette de mieux reconnaître sur le terrain les défis que je rencontrerais en fonction de la mise en jeu de ma relation à la gravité. Pour ce faire, j'ai effectué, par écrit et en me référant à mes expériences passées de formation et d'activités professionnelles, une analyse personnelle<sup>17</sup>, en utilisant mes connaissances en analyse du mouvement selon Laban et mes connaissances en Analyse Fonctionnelle du Corps dans le Mouvement Dansé. Il s'agissait, à travers cette analyse, de favoriser une perception personnelle de ma pratique et ainsi de laisser parler la subjectivité avec laquelle j'allais entrer dans chaque processus.

### 3.4.2. Les captations vidéo

C'est lors des trois processus de création vécus en studio et devant public que j'ai complété la deuxième partie de ma collecte de données<sup>18</sup>. Tout d'abord, j'ai effectué la captation vidéo de toutes les répétitions et des présentations publiques afin de pouvoir retracer visuellement différentes étapes de mon adaptation au matériel chorégraphique. Ces captations visaient surtout à documenter les moments dansés. Avant chaque début de répétition, j'installais la caméra de manière à avoir la vue la plus large possible du studio. Ne voulant pas, au début de ma recherche, mettre l'accent sur les chorégraphes eux-mêmes, l'objet de ma recherche leur ayant été présenté comme une étude sur ma propre pratique, j'arrêtais parfois la caméra entre

<sup>17</sup> Voir l'extrait de mon analyse préliminaire de ma relation à la gravité – Annexe D.

<sup>18</sup> Voir les DVD des spectacles *Waypoints*, *Dysmorphic Delicious* et *Brenda* – Annexe N.

les moments dansés. J'étais consciente que les moments d'interaction avec les chorégraphes étaient importants pour comprendre mon adaptation mais je ne voulais pas qu'ils se sentent « observés ». Je ne me souciais donc pas de la qualité de captation des moments d'échange et de discussion (beaucoup des discussions importantes que j'ai eues avec les chorégraphes avaient d'ailleurs lieu en début ou en fin de répétition, alors que la caméra était toujours hors tension ou déjà débranchée). De plus, je ne voulais pas que la manipulation de la caméra puisse me distraire du processus de création lui-même : n'ayant pas accès à un système de micros suffisamment efficace pour capter des sons éloignés, j'aurais en effet dû prendre soin de déplacer la caméra à chaque instant afin d'enregistrer toutes nos discussions distinctement. Toutefois, lors de l'analyse de la collecte de données, je me suis très rapidement aperçue que cette méthode ne m'avait pas permis d'aller chercher tout le potentiel des informations nécessaires à ma recherche. Je tiens ainsi à mentionner que, dans l'éventualité d'une future recherche similaire, il serait fondamental de capter ces discussions avec les chorégraphes, en m'assurant au préalable de leur consentement. Malgré cette constatation, les captations vidéo réalisées dans le cadre de cette étude se sont tout de même avérées être une source importante de remémoration de l'expérience et du chemin parcouru, et les journaux de bord sont souvent venus apporter les renseignements manquants quant à la nature de mes échanges avec les chorégraphes.

Pour les présentations publiques, j'ai fait appel à un vidéaste, Adel Tahar, afin d'obtenir la meilleure qualité possible de l'image avec les éclairages et de suivre plus adéquatement mes déplacements dans l'espace scénique.

### 3.4.3. Les journaux de bord

Pour chaque processus, j'ai réalisé un journal de bord<sup>19</sup> dans lesquels j'ai noté un ensemble d'informations retraçant leur déroulement et mon expérience à travers eux. Dans le but de mieux cerner le rôle de ces journaux de bord, j'avais réalisé, du 14 au 18 décembre 2009, une courte étude pilote en participant à titre d'interprète à l'atelier chorégraphique<sup>20</sup> organisé par la compagnie Montréal Danse. J'avais travaillé pendant une semaine avec le chorégraphe néozélandais Michaël Parmenter et m'étais questionnée sur les éléments importants à inclure dans mon journal de bord. Cette expérience m'a permis de me rendre compte, et ce, très rapidement, que ce journal de bord serait le cœur de ma collecte de données, la mémoire vive de mon trajet dans chaque processus de création, et qu'il devrait être ouvert et spontané afin de laisser surgir l'essence même de mon expérience. Après cette période d'essai, j'ai décidé d'inclure dans mes journaux des informations de toutes sortes, qui me semblaient pouvoir révéler des données indispensables quant à mon adaptation et à ma relation gravitaire :

- Comment je me sentais avant, pendant et après la répétition (sensations physiques, émotions, réflexions);
- La description de mon expérience somatique dans l'incorporation du matériel chorégraphique, incluant parfois des dessins personnels;

---

<sup>19</sup> Voir les extraits des journaux de bord – Annexes E, F et G.

<sup>20</sup> Cette semaine d'atelier, qui a lieu chaque année, consiste à donner la chance à des chorégraphes de vivre l'expérience d'une semaine intensive de recherches, de discussions et de travaux de développement de projet en étant accompagnés par des facilitateurs, experts en processus créatifs. Chaque chorégraphe est jumelé avec deux danseurs avec qui il travaille toute la semaine à raison de quatre heures par jour, chaque fin de journée donnant lieu à de courtes présentations devant l'ensemble du groupe.

Je tiens à préciser que si j'ai pu tester les modalités de mon journal de bord lors de cet atelier, je n'ai pas pu tester la captation vidéo étant donné le contexte professionnel dans lequel il avait lieu.

- Des informations factuelles relatives aux activités menées lors des répétitions (explorations, improvisations, séances d'apprentissage de phrases chorégraphiques, répétitions de séquences, discussions avec le chorégraphe, etc.);
- Des informations sur ma relation avec le chorégraphe (nos échanges, le souvenir des mots qui m'avaient marqués, mon ressenti et ma manière de recevoir les consignes, les commentaires, etc.);
- Ma compréhension de la création en train de se faire et l'imaginaire qu'elle pouvait susciter en moi;
- Des premières réflexions, des analyses sur le vif de mon processus d'adaptation.

Je n'écrivais pas de notes pendant les répétitions même : j'écrivais ces journaux de bord chaque fin d'après-midi ou chaque soir, après les répétitions. Pour le processus de Kelly, je regardais aussi la vidéo de la répétition prise le jour même, pour me remémorer son déroulement et les moments significatifs qui ressortaient de mon expérience. J'ai cependant arrêté cette pratique pour les processus de George et d'Anne-Marie, car je me rendais compte qu'elle m'éloignait d'une parole incarnée dans la sensation et me portait vers un jugement permanent des situations vécues. J'avais ainsi l'impression de m'écarter de mon désir premier de recherche, qui était d'examiner l'expérience telle qu'elle se présentait et non telle que je souhaitais qu'elle soit.

#### 3.4.4. Les entrevues

Aux deux tiers de chaque processus, j'ai fait appel à une personne extérieure aux processus de création qui m'a interrogée sur mon expérience<sup>21</sup>. Le but de ces entrevues était d'approfondir certains points qui s'étaient révélés, à l'écriture des journaux de bord, significatifs pour moi, et éventuellement de faire émerger, par le questionnement rigoureux d'un tiers, des informations qui n'avaient peut-être pas été révélées dans les journaux de bord. Pour ce faire, j'ai eu recours aux services de Diane Leduc qui, de par son expérience d'interprète en danse contemporaine et de chercheuse en danse spécialiste en phénoménologie, me semblait toute indiquée pour diriger ces entrevues. À l'entrevue portant sur le processus avec Kelly, je suis arrivée avec des extraits vidéo de répétitions que nous allions pouvoir visionner afin de stimuler notre échange. Or, nous nous sommes très rapidement éloignées de ces images pour entrer dans un entretien non directif, prenant l'allure d'une discussion. En effet, de nombreux éléments sortant du cadre des extraits visionnés apparaissaient davantage significatifs dans mon expérience d'adaptation, tels que ma relation avec la chorégraphe, la nature de mes échanges avec elle, mon état émotionnel général, les défis rencontrés, etc. Ces entrevues avec Diane ont donc pris la forme d'entretiens de type ouvert non structuré. Diane me guidait librement dans l'expression de mon expérience, gardant toujours en tête la question de mon adaptation au processus. Elle soulignait également les éléments récurrents dans mes propos, tentant de pousser plus loin ma réflexion sur des aspects précis de mon expérience.

Enfin, dans la semaine suivant la présentation des soli, des entrevues ont été menées avec chacun des chorégraphes<sup>22</sup>. À la lumière du processus spiralé, favorisant un va-

---

<sup>21</sup> Voir les extraits des entrevues menées par Diane Leduc – Annexes H, I et J.

<sup>22</sup> Voir les extraits des entrevues menées avec les chorégraphes – Annexes K, L et M.



et-vient permanent entre la collecte de données et l'analyse, qui est préconisé dans la recherche heuristique, ces entrevues m'ont permis d'interroger les chorégraphes au sujet d'éléments de mon adaptation que je percevais déjà comme étant importants au regard de leurs méthodes de travail, de leur point de vue sur la création, et de leurs objectifs de création dans le projet mené avec moi. Ces entrevues, très différentes les unes des autres puisque adaptées à la réalité de chaque projet, me semblaient essentielles afin de retracer les propos et le point de vue des chorégraphes, de situer ma propre expérience, et d'identifier les similarités et les différences entre leur perspective et la mienne. Les chorégraphes ont eu, par la suite, accès à la transcription de leur entrevue à des fins de corroboration.

### 3.5. L'analyse et l'interprétation des données

L'analyse des données s'est déroulée en trois étapes. Pendant la collecte de données, une première analyse intuitive m'a conduite à dégager des premières pistes de réflexion et de compréhension du phénomène étudié. Telle une esquisse en dessin, j'en percevais les grandes lignes, les premières dynamiques, anticipant ce qui pourrait émerger par la suite. La deuxième étape a consisté à me plonger plus précisément dans le corpus des données, par des lectures minutieuses, et à tenter d'en dégager les principaux thèmes, les problématiques récurrentes. Enfin, la troisième étape de l'analyse des données, et celle que je considère avoir été la plus significative dans mon parcours de compréhension du phénomène étudié, a été ce que Paillé et Mucchielli (2012) nomment « l'analyse en mode écriture » :

Ainsi, au lieu de créer des entités conceptuelles, de générer des codes ou tout autre moyen de réduction ou d'étiquetage des données, l'analyste va s'engager dans un travail d'écriture et de réécriture, sans autre moyen technique, qui va tenir lieu de reformulation, d'explicitation, d'interprétation ou de théorisation du matériau à l'étude. (p. 183-184)

Paillé et Mucchielli (2012) précisent que cette méthode est particulièrement appropriée pour les recherches de type biographique comme les histoires de vie, les récits de pratiques ou les démarches autobiographiques. L'écriture préliminaire d'une première version du chapitre 5, « Résultats de l'étude », a ainsi constitué une part importante dans mon analyse des données, car elle m'a permis de reconstituer mon expérience en cherchant à mieux comprendre sa complexité et à créer des liens entre les différentes composantes de la réalité observée.

Dans les paragraphes suivants, je décrirai plus précisément le traitement de chaque partie du corpus de données.

Bien que j'aie identifié la première étape de la collecte de données comme étant celle d'une « analyse préliminaire » de ma relation à la gravité, il faut savoir qu'elle n'a pas d'emblée été l'occasion pour moi d'une véritable analyse précise et approfondie. De ces données initiales sur ma relation à gravité, j'ai préféré garder une vision d'ensemble, me laissant aborder les trois projets de création de manière plus intuitive, sans me donner d'objectifs de travail précis, en demeurant davantage ouverte à ce que me proposeraient les chorégraphes. Pour le dire autrement, j'ai abordé chaque création en ayant conscience de mes tendances gravitaires sans pour autant vouloir de façon systématique les modifier. Cette conscientisation m'a cependant permis de reconnaître plus facilement les défis lorsqu'ils se présentaient à moi, de créer des liens entre mes expériences passées et les spécificités demandées par l'univers de chaque chorégraphe. Ce n'est qu'en fin de parcours, une fois le chapitre des résultats quasiment finalisé, que je suis retournée à cette analyse préliminaire, faisant des recoupements entre les défis techniques rencontrés et mes affinités gestuelles au préalable.

En ce qui concerne les données prises sur le terrain de la pratique, soit les journaux de bord et les entretiens<sup>23</sup>, une première analyse intuitive a été réalisée simultanément à la collecte des données. En effet, le processus d'écriture de mon journal de bord s'avérait à la fois un moyen de recueillir des informations sur mon expérience et en même temps, une première étape de réflexion quant à mon sujet de recherche. Je me rendais compte que mettre des mots sur mon expérience était déjà une première étape d'objectivation. En écrivant, je pouvais déjà saisir les thèmes récurrents, observer les éléments centraux de mon expérience, les défis et les enjeux rencontrés dans chaque processus. De la même façon, verbaliser mon expérience lors de mes entrevues avec Diane devenait un moyen de conscientiser mon parcours dans chaque processus et donc d'entrer dans une première étape importante de leur compréhension. Cette étape d'analyse faite simultanément à la collecte m'a ainsi permis d'aborder les entrevues des chorégraphes en ciblant des questions qui m'apparaissaient d'ores et déjà clés dans la compréhension du phénomène étudié.

La deuxième étape d'analyse des journaux de bords et des entretiens (les miens et ceux des chorégraphes) a été réalisée à l'hiver 2011. Je souhaitais y travailler plus tôt, soit à l'automne 2010, mais il m'a alors été impossible de me plonger dans mon corpus de données. Je me rendais compte que je vivais le contrecoup des six mois de création vécus en début d'année, et surtout de la dernière expérience, avec Anne-Marie Pascoli, qui avait été particulièrement éprouvante sur le plan émotif. Retourner à mes données suscitait chez moi de fortes réactions, un mélange de tristesse, de jugement négatif et de répulsion. Je me sentais extrêmement fatiguée, vidée, après une période aussi intense de recherche, de découvertes et de travail sur moi. Il m'a fallu six mois pour pouvoir retourner à l'analyse des données, six mois qui m'ont permis d'y revenir de façon plus détachée, sans débordement émotif. Étrangement,

---

<sup>23</sup> Pour la transcription des entrevues, j'ai fait appel à deux personnes ressources : Chantal Vanasse pour les entrevues en français et Chase Moser pour celles en anglais (entrevues de Kelly et de George).

grâce à cet espacement temporel, j'avais l'impression que j'analysais l'expérience de quelqu'un d'autre et en même temps, je connaissais déjà ces données par cœur (ou « par corps »). L'analyse elle-même a consisté à lire plusieurs fois l'ensemble des journaux de bord et des transcriptions d'entrevue, en suivant l'ordre chronologique de leur récolte, et à surligner les éléments qui me semblaient importants de par leur récurrence dans le corpus, tentant d'observer à la fois mon adaptation à chaque projet et le travail effectué sur ma relation à la gravité. J'utilisais un système de couleur afin de différencier la nature de chaque information; plusieurs catégories de sens se dégageaient alors :

- Les exigences techniques;
- La relation avec le chorégraphe (échanges, discussions, dynamique de travail);
- La compréhension de l'œuvre et son incorporation;
- Les rôles d'interprète;
- Le vécu émotif.

Par la suite, pour l'analyse des entrevues réalisées avec les chorégraphes, il était important pour moi de mettre en relation la compréhension de mon propre vécu avec les propos des chorégraphes. J'ai donc utilisé les résultats de l'analyse de mes données personnelles pour observer les paroles des chorégraphes, cherchant à en saisir les parallèles et les différences. L'analyse a été faite de la même façon, soit à travers plusieurs lectures rigoureuses des transcriptions, au cours desquelles je surlignais, de différentes couleurs toujours, les éléments récurrents qui paraissaient éclairer ma propre expérience, dont :

- Les objectifs artistiques dans le processus de création vécu ensemble;
- Leur conception de la relation chorégraphe/interprète;
- Leur sentiment d'adaptation face à moi;
- Les défis et les découvertes réalisées dans ce processus.

En écrivant une première version du chapitre des résultats de l'étude, je continuais également à revenir systématiquement à l'ensemble du corpus de données, raffinant toujours plus la mise en relation de ces différentes catégories entre elles. J'entrais alors dans la partie la plus longue de mon processus d'analyse, soit l'analyse en mode écriture. Dans cette étape, je naviguais perpétuellement entre mes données et l'écriture de mes résultats, faisant place à une émergence de sens dans un mode dynamique de traitement de mes données. Comme le mentionnent Paillé et Mucchielli (2012) :

L'une des grandes vertus de l'écriture est qu'elle est un moyen, non seulement de consigner sa pensée, mais de la développer. Dans ce sens, le syllogisme propre à l'analyse en mode écriture serait le suivant : c'est en écrivant que l'on pense, c'est en pensant que l'on analyse, c'est en écrivant que l'on analyse. (p. 190)

Enfin, bien que j'aie recueilli un grand nombre de données visuelles grâce aux captations, j'ai décidé de ne pas les traiter dans l'analyse des données et cela pour plusieurs raisons. Tout d'abord, lors de la collecte même des données, le visionnement de certains extraits m'amenait systématiquement à remettre en question mon ressenti lors des répétitions. Je percevais toujours des différences entre mon expérience et ce que je pouvais en voir en vidéo. Les vidéos m'amenaient sur le terrain du résultat plutôt que sur celui de l'analyse du processus d'adaptation que je pouvais vivre. Par ailleurs, ces enregistrements auraient pu me servir à retracer les



paroles échangées avec les chorégraphes. Or, pour cela, et comme je l'ai mentionné précédemment, il aurait fallu que j'installe à chaque répétition un système de micros, ce qui aurait été beaucoup trop lourd dans la logistique du projet. La caméra vidéo était installée, en début de répétition, à un endroit permettant d'obtenir la vue la plus générale possible et ni les chorégraphes ni moi ne tenions compte de notre distance avec elle lors de nos échanges. Ainsi, les vidéos sont restées des archives précieuses pour retracer chaque étape des processus de création, mais je n'en ai pas tenu compte lors de l'étape des résultats de l'étude.

### 3.6. Validité de la recherche

Si les méthodes de recherches quantitatives se sont attachées à suivre des critères très précis en termes de validité des résultats, les recherches qualitatives ont cherché à les remettre en question, à les redéfinir à partir de nouvelles épistémologies, plus ouvertes sur la reconnaissance de la subjectivité du chercheur et sur celle de la complexité des situations observées. Selon Anne Laperrière (1997), professeure de sociologie à l'Université du Québec à Montréal, les critères de validité interne (justesse des résultats), de validité externe (généralisation possible) et de fiabilité (résultats non liés à des circonstances accidentelles) se sont ainsi vus revisités afin de mieux rendre compte de la réalité des recherches en sciences humaines.

En recherche qualitative, la validité interne se base avant tout sur « la prise en considération du rôle de la *subjectivité* dans l'action humaine et de la *complexité* des influences qu'elle subit en contexte naturel », tout en « restituant au *sens* sa place centrale dans l'analyse des phénomènes humains » (Laperrière, 1997, p. 384). Pour ma part, je me suis attachée, tout au long de ma recherche, à rester transparente quant à mon processus méthodologique et à mon positionnement épistémologique. J'ai également toujours cherché à situer mon processus de création dans son contexte, à

l'envisager dans son évolution constante et enfin à reconnaître l'influence de mes valeurs et de mes expériences passées sur ma façon d'appréhender le présent de la recherche. Par ailleurs, à travers la rédaction du chapitre des résultats, je suis entrée dans une description en profondeur de mon expérience vécue, en prenant continuellement appui sur mes données de terrain et en tentant d'en restituer toute sa complexité. Je suis ainsi en accord avec Paillé et Mucchielli (2012) lorsqu'ils précisent que « la validité, quelle que soit l'approche retenue, dépend plus du travail de nature discursive et textuelle que du travail de classement, mise en colonne ou rubriquage » (p. 185).

Quant à la validité externe de la recherche, c'est-à-dire le degré de généralisation des résultats à d'autres personnes, lieux ou périodes de temps, elle semble être source de divergences dans le milieu de la recherche qualitative. Comment, en effet, vouloir généraliser des résultats lorsque l'on reconnaît la spécificité et la complexité de chaque situation vécue? Comme ma recherche traite de ma propre expérience avec trois chorégraphes particuliers, je ne cherche pas à rendre mes résultats généralisables à tous les interprètes en danse contemporaine. Cependant, je laisse les lecteurs déterminer par eux-mêmes si certains résultats peuvent s'appliquer à d'autres contextes et à d'autres situations, si l'expérience décrite résonne avec leur propre expérience. Car j'espère que la profondeur de la description proposée, soutenue par un contexte clairement énoncé, aidera les lecteurs à envisager des transférabilités possibles.

Enfin, la fiabilité de la recherche, comprise comme l'assurance que les résultats ne sont pas le fruit de circonstances accidentelles, est également remise en question par les chercheurs qualitatifs, qui affirment que « ce que l'on cherche à reproduire [dans les recherches qualitatives] n'est pas tant la description empirique d'une situation que les outils conceptuels mis en œuvre pour l'appréhender » (Laperrière, 1997, p. 387).

De mon côté, je me suis attachée à rendre transparent mon processus de recherche et d'analyse en identifiant avec précision chaque étape et chaque outil utilisé, mais également en relevant, comme le précise Laperrière (1997), « l'influence du processus de recherche et du contexte sur l'orientation de la collecte et de l'analyse des données » (p. 388).

En conclusion, même si ce travail de recherche s'inscrit dans une démarche d'interprétation, je souhaiterais souligner les parallèles entre le vécu de mon parcours méthodologique et celui de mon parcours artistique en reprenant les mots de Jean Lancry (2006) : « l'œuvre que constitue une thèse en arts plastiques [et je dirai ici en danse] ne propose le plus souvent aux chercheurs qu'un chemin qui bifurque. C'est un sentier où les cheminements ne cessent de diverger » (p. 16). Mon chemin méthodologique m'a conduite, en effet, sur les routes de la prévision, de la planification rigoureuse et du questionnement perpétuel, mais aussi sur des sentiers imprévus, des pentes surprenantes, des impasses également, ouvrant malgré tout le champ de ma réflexion à de nouveaux possibles, et stimulant une pensée en mouvement, évolutive et vivante.

## CHAPITRE IV

### RÉSULTATS

Dans ce chapitre, je présenterai les résultats de la collecte de données. Dans un premier temps, je présenterai les résultats de l'analyse préliminaire de ma relation à la gravité. Puis, dans un deuxième temps, je procèderai, de manière chronologique, à la description des trois processus de création : *Waypoints* de Kelly Keenan, *Dysmorphic Delicious* de George Stamos, et enfin *Brenda* d'Anne-Marie Pascoli. Dans les trois cas, j'ai relevé, lors de l'analyse des données, quatre principaux défis ou enjeux que j'ai rencontrés lors de mon adaptation, et qui structureront chaque partie :

- les défis techniques reliés à mon adaptation aux différentes qualités de mouvements demandées par chaque chorégraphe;
- les défis relationnels, qui concernent mon adaptation aux dynamiques de travail vécues dans chaque processus, mettant l'accent sur ma relation avec chaque chorégraphe et ma relation à l'environnement des œuvres mêmes;
- les enjeux psychologiques, qui portent sur mon adaptation que chaque processus de création a suscité chez moi dans ma manière de penser, d'agir et de sentir;
- les enjeux créatifs, qui témoignent enfin de l'aboutissement de cette adaptation dans la réalisation des œuvres mêmes.



Il ne s'agira donc pas de tout dire sur chaque processus, mais plutôt de souligner les points saillants qui révéleront différents aspects de mon adaptation. La question de la relation à la gravité sera présente dans la question des défis techniques et sera également reprise aux points 4.2.4.1, 4.3.4.1 et 4.4.4.1, dans une recherche de compréhension globale de mon vécu dans chaque processus de création.

#### 4.1. Analyse préliminaire de ma relation à la gravité

En amont du processus de recherche en studio, je me suis interrogée sur ma relation à la gravité afin de constater comment elle allait être mise en jeu dans chaque projet de création. Cette étape m'a permis de noter certaines préférences que je pouvais avoir, en termes de tonus musculaire, d'organisation du mouvement et de rapport au corps. Cette analyse reflète ma perception, bien évidemment subjective et très générale, de mon rapport au mouvement, mais elle me semble importante puisque c'est justement avec cette subjectivité, et je dirais cette sensibilité particulière, cette image de moi-même, que j'ai plongé dans chaque solo. Je noterai ici les grandes lignes de cette analyse.

Tout d'abord, je me suis interrogée sur mon tonus musculaire, sachant que celui-ci représentait mon degré de résistance à la force de pesanteur. J'ai alors noté que je me sentais le plus souvent dans une tonicité « médium », c'est-à-dire ni trop contractée ni trop relâchée. Je me sentais confortable dans un entre-deux et reconnaissais ma difficulté à relâcher réellement ou à avoir une contraction forte et soutenue. En général, je privilégiais une approche contrôlée du mouvement, appréciant le diriger de façon organisée, précise et efficace.

Ensuite, je me suis intéressée à l'organisation générale de mes mouvements. Inspirée par la notion de « terrain fonctionnel » développée par Godard (1995), je me suis



reconnue une affinité avec un terrain fonctionnel descendant, c'est-à-dire s'organisant de haut en bas et du dehors vers le dedans. Je me sentais définitivement attirée vers le pôle « ciel » et avais de la difficulté à m'ancrer dans le sol. Je reconnaissais, en outre, que mes initiations de mouvement portaient le plus souvent de mes extrémités (bras, mains) ou de l'engagement de mon regard dans l'espace.

Associée à cette organisation descendante, je relevais également une tendance à danser « en bloc », de manière segmentaire : tronc, jambes, bras. L'axe vertical de ma colonne vertébrale m'apparaissait alors être une référence particulièrement importante dans mon rapport à l'espace. Je sentais que cette référence m'accompagnait dans chacun de mes mouvements. Grâce à cela, je reconnaissais une facilité à trouver rapidement des équilibres sur une jambe et en relevé, trouvant avec aisance un alignement efficace. Or, cette prévalence de mon axe vertical est un point important qu'il faut souligner car j'associais cette particularité à une blessure qui m'avait suivie pendant très longtemps et qui avait indéniablement laissé des traces dans ma façon de bouger : deux hernies discales au niveau lombo-sacré. Je percevais cette zone du bas du dos comme une zone toujours fragile, à protéger.

Le tableau ci-dessous permettra d'avoir une vue d'ensemble des différents éléments décrits plus haut et éclairera mon parcours dans les trois processus de création.

**Tableau 2**  
Synthèse de l'analyse préliminaire de ma relation à la gravité

<b>Tonus musculaire</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Médium : difficulté d'aller dans les extrêmes (peu d'endurance dans une tonicité élevée et difficulté à relâcher)</li> <li>- Efficacité musculaire</li> <li>- Préférence pour une qualité contrôlée du mouvement</li> </ul>
<b>Organisation du mouvement</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Organisation descendante</li> <li>- Initiations distales (bras, mains, tête/regard)</li> <li>- Du dehors vers le dedans</li> <li>- Prévalence du pôle « ciel »</li> <li>- Organisation en segments (blocs)</li> <li>- Axe vertical de ma colonne vertébrale comme référence</li> <li>- Facilité à trouver un équilibre sur une jambe et en relevé</li> </ul>
<b>Zone particulière d'attention</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bas du dos/lombaires (hernies discales)</li> </ul>

#### 4.2. Solo 1 : *Waypoints*

Le premier processus de création a eu lieu du 4 janvier au 14 février 2010, avec la chorégraphe Kelly Keenan et la création du solo *Waypoints*. En commençant ce processus, j'étais à la fois ouverte à la découverte, prête à me laisser surprendre, tout en étant consciente des prémisses conceptuelles à la base de ce projet et de mon propre désir de dépassement à travers elles : serais-je capable de moduler ma corporéité, de me « transformer », de me découvrir autrement? Dès le début, le

processus avec Kelly a comporté certains défis. En effet, j'avais déjà pu expérimenter son approche gestuelle à travers son enseignement de la « technique » Axis Syllabus. Mon choix de m'adresser à elle pour ce projet n'était pas anodin. J'avais développé une grande admiration, voire une fascination pour sa manière de bouger. Je trouvais sa danse inspirante, extrêmement dynamique et vivifiante. Pour moi, elle devenait un modèle. J'appréciais le grand raffinement de chacun de ses gestes. J'étais donc très excitée et enthousiaste à l'idée de travailler avec elle et mes exigences personnelles n'en étaient que plus grandes. Dès la première semaine de travail, j'ai plongé dans une recherche gestuelle extrêmement précise : je devais décoder la logique des trajets du mouvement dans le corps de la chorégraphe, dans le but de la transférer le plus justement dans mon propre geste. Tout au long de ce mois, plusieurs aspects récurrents de son travail sont devenus les défis de ma propre incorporation : l'articulation organique du geste, la dynamique de l'« aller-vers », le relâchement musculaire au profit du système osseux et enfin deux points majeurs d'initiation du geste, le sternum et le bassin. Par ailleurs, au-delà de ces défis extrêmement techniques, Kelly est arrivée en studio, dès le premier jour des répétitions, avec le désir de travailler sur une certaine thématique : l'optimisme nécessaire afin de surmonter les différents obstacles et épreuves de la vie. Au fil du processus, la pièce est ainsi devenue ce parcours initiatique sinueux dans lequel les chutes et les difficultés deviennent des passages obligés pour nous remettre debout et continuer à avancer. La création de *Waypoints* est apparue comme un va-et-vient permanent entre ses exigences techniques et l'incorporation du sous-texte de la pièce afin de dépasser le modèle que Kelly représentait pour moi et trouver ma propre voie d'interprétation de ce solo.

#### 4.2.1. Les défis techniques

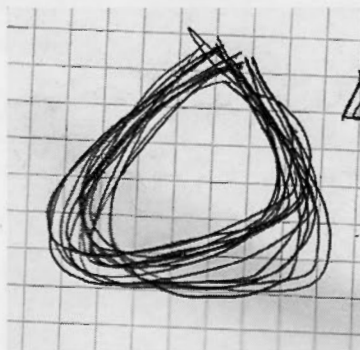
##### 4.2.1.1. Deux centres du mouvement : le sternum et le bassin

Dès le premier jour de travail en studio, Kelly m'a explicité son désir d'explorer des initiations de mouvement à partir de la zone du sternum, ce qui représentait un véritable défi pour moi. Je mentionne dans mon journal de bord :

Mon image de ma zone du sternum est figée, fermée. J'ai un sternum enfoncé, une respiration restreinte, des émotions retenues. Mais je suis très heureuse d'expérimenter cette zone; j'ai le désir de changer ma vision et de trouver de nouvelles sensations. Désir d'ouverture. (Journal de bord *Waypoints*, 6 janvier 2010)

Après un massage vigoureux du sternum, le premier exercice que nous avons fait ensemble consistait à imaginer une boule en marbre au milieu de la cage thoracique et à la faire bouger dans toutes les directions possibles. Je vacillais alors entre le faire et le laisser-faire de l'action, entre son aspect volontaire et son contraire (me laisser conduire par cette boule imaginaire).

**Figure 1** Croquis du mouvement de ma boule en marbre  
(Journal de bord *Waypoints*, 6 janvier 2010)



Je trouvais, à partir de cette exploration, des récurrences dans les mouvements générés. Je trouvais, entre autres, une répercussion intéressante dans ma colonne cervicale, des mouvements de ma tête advenant naturellement comme un jeu de domino. Mon regard se faisait alors plus intérieur et j'avais de la difficulté à le garder ouvert à l'espace. Par la suite, le sternum est devenu une zone clé que je devais apprendre à mobiliser davantage, libérant chaque côte et chaque vertèbre afin de laisser le mouvement voyager librement dans toute la colonne vertébrale.

Par ailleurs, dès les premiers jours en studio, je me suis rendue compte que, par son travail incessant de descente au sol et de déplacements dans l'espace, Kelly utilisait énormément la flexion de ses hanches, en gardant sa courbure lombaire, sans faire de rétroversion du bassin, c'est-à-dire sans le basculer vers l'arrière. De mon côté, je pouvais voir sur les vidéos des répétitions que je courbais très régulièrement le bas du dos dans mes chutes au sol ou mes flexions vers l'avant. Cette manière de faire, contraire à celle de Kelly, semblait enlever de la fluidité à l'ensemble de mes gestes car j'avais tendance à limiter les répercussions du mouvement dans toute la colonne vertébrale.

La courbe lombaire et le travail latéral semblent me donner plus de tridimensionnalité [...] Pour le travail du bassin et bas du dos, je pense vraiment à mes ischions. (Journal de bord *Waypoints*, 28 janvier 2010)

J'arrive à penser maintenant plus à mon bassin (courbure lombaire) dans certaines sections, à certains moments. (Journal de bord *Waypoints*, 2 février 2010)

Quand je décide de bouger ou d'initier par une partie en particulier, le résultat est plus clair : exemple du bassin dans la phrase longue. Par contre j'ai un peu le bas du dos rond : je souhaite continuer à travailler sur la courbure lombaire. (Journal de bord *Waypoints*, 8 février 2010)



Or, dans les cours de Kelly, que je suivais les lundis soir simultanément au processus de création, je retrouvais cet élément hanche/courbe lombaire et je tentais de poursuivre ce travail dans ma vie quotidienne :

En cours le soir, l'attention portée sur le stretch des ischios-jambiers en laissant le bas du dos neutre me donne la sensation de sortir les fesses en arrière. Chez Kelly je sentais bien l'engagement des multifides le long de la colonne → pour travailler la pliure de hanche → renforcement du bas du dos. Les multifides c'est ce que je travaillais en physio quand j'avais mes hernies discales. [...] Quand je rentre à la maison, je marche en pensant à tirer les ischions légèrement vers l'arrière pour faire une bascule du bassin en avant. Idem quand je monte les escaliers. J'essaie de monter avec les hanches sans embarquer le bas du dos. Le coccyx vers l'arrière. Cela nécessite pour moi un effort. (Journal de bord *Waypoints*, 27 janvier 2010)

Il était intéressant de noter que la création de *Waypoints* m'amenait définitivement à retourner à la question première qui avait motivé ma recherche : mon rapport au bassin. À chaque séance de travail, je pouvais observer son importance dans les initiations du geste proposées par Kelly et comme point central pour laisser circuler le mouvement dans l'ensemble du corps. Ma tendance à toujours initier les mouvements de façon distale était ici clairement mise au défi. Mon journal de bord regorge de descriptions faisant état du bassin et de son rôle stratégique dans le mouvement :

Kelly est plombée dans son bassin et c'est son bassin qui la guide vers le sol. Moi je retiens vers le haut. C'est à travailler. Mais aujourd'hui j'ai plus de liberté dans la colonne, plus d'ondulation du bassin jusqu'à la tête. (Journal de bord *Waypoints*, 11 janvier 2010)

Initiation du bassin quand je fais la fente et tourne pour aller au sol. Bras opposé suit [...] suspension du bassin en l'air [...] C'est le bassin qui bascule sur le côté qui guide la descente au sol. (Journal de bord *Waypoints*, 15 janvier 2010)

Ces descriptions précises du mouvement se retrouvent tout au long de mon journal de bord et témoignent d'un autre aspect important du travail chorégraphique de Kelly : une logique articulaire du geste. En effet, chaque mouvement avait un chemin extrêmement précis, guidé par la mise en relation « naturelle » des différentes articulations entre elles, dans une mobilisation très coordonnée du système squelettique qui nécessitait en outre un certain relâchement musculaire.

#### 4.2.1.2. Logique articulaire du geste et relâchement musculaire

J'utilise le terme « raffiné » pour décrire le travail chorégraphique de Kelly, car dès le début de notre processus ensemble (voire dès les premiers cours suivis avec elle), elle s'est avérée toujours extrêmement précise et surtout détaillée dans les chemins que prenaient ses mouvements. Tels les fils entrelacés de la dentelle, ils apparaissaient en une succession très logique d'impulsions et d'initiations qui, entamées dans différentes parties du corps, se répondaient en permanence les unes aux autres. J'ai rapidement compris qu'il était très rare pour elle d'isoler certains segments corporels. Dans son approche générale du mouvement, Kelly privilégie davantage un travail d'échos et de répercussions d'une articulation à l'autre, ouvrant des espaces de mouvements spiralés, ce qui semblait très éloigné de ma propension à bouger « en bloc » et dans une qualité de mouvement contrôlé. En ce sens, dès la première semaine en studio, le travail musculaire a été laissé de côté afin de favoriser une danse du « squelette », chaque os étant relié aux autres dans une logique articulaire très clairement définie. Dès le deuxième jour, je mentionne dans mon journal de bord : « La différence entre nous : je suis trop musculaire et contrôlée. Kelly est plus articulaire et dans le laisser-faire. Elle s'organise "naturellement" » (Journal de bord *Waypoints*, 8 janvier 2010). D'entrée de jeu, cette manière d'aborder le geste par le système squelettique m'a invitée à renoncer à l'aspect volontaire du mouvement et à entrer davantage dans la sensation d'être mue plutôt que de me mouvoir, d'être tirée

dans l'espace plutôt que de le transporter avec moi. À la fin du troisième jour de répétition, Kelly m'a proposé un exercice de manipulation qui m'a permis très clairement de sentir ce qu'elle souhaitait : « Manipulation par Kelly. Je reste complètement relâchée au sol alors qu'elle me tire [par différentes parties du corps]. Je sens les initiations du mouvement et observe comment le squelette répond et bouge » (Journal de bord *Waypoints*, 11 janvier 2010).

Par ailleurs, dès la première semaine de répétition, Kelly a créé une longue séquence de mouvements que nous avons appelée la « Phrase longue », et que nous avons travaillée tout au long des quatre semaines du processus de création. Kelly la faisait très souvent avec moi et chacun de ses mouvements était très « lisible », très clair. En la voyant danser, je pouvais apprécier chaque détail, chaque transition, qu'elle était par la suite capable de m'expliquer avec beaucoup de précision. Très souvent, nous en repassions lentement certaines sections, en raffinant à chaque fois ma perception.

Tout au long de la création, cette précision du chemin gestuel a été tout un défi pour moi. Je comprenais et voyais très clairement ce vers quoi je devais tendre, mais lorsque je me trouvais en situation de « faire », la recherche de la précision pouvait au contraire me figer ou m'empêcher d'entrer dans la dynamique de la chorégraphie. Or, alors que la pièce devenait de plus en plus exigeante physiquement, nous nous sommes rendues compte, Kelly et moi, que l'état de fatigue me permettait de trouver plus de justesse dans le geste en le laissant advenir, lâchant le musculaire et le volontaire au profit d'une organisation plus séquencée et d'une logique articulaire :

Avec la fatigue je trouve le poids plus facilement dans les mains, le volume de la cage thoracique et le laisser-faire de chacune des articulations. (Journal de bord *Waypoints*, 3 février 2010)

[...] efficacité dans les flops : je ne peux aller qu'à l'essentiel. La fatigue enlève le superflu. (Journal de bord *Waypoints*, 5 février 2010)

Cette stratégie m'amenait dans une danse très dynamique, m'ouvrant la voie à la sensation d'être tirée dans l'espace. Je n'étais plus dans l'anticipation du mouvement, qui pouvait alors advenir naturellement, selon son propre rythme :

Énergie basse. Pourtant très bonne répétition. 2 moments les mieux réussis depuis le début du processus : déconstruction du *steptouch* et phrase longue. Pourquoi? La fatigue me rend plus calme, plus posée et j'ai l'impression d'en faire moins. Surtout dans la déconstruction. Il y a moins d'éléments, ce qui rend la proposition plus claire, moins hystérique. Les mouvements restent cependant amples et je prends le temps de les faire. (Journal de bord *Waypoints*, 10 février 2010)

Bien évidemment, cette stratégie de la fatigue était extrêmement exigeante et il semblait impossible d'entretenir en permanence un tel état. Dans un processus à long terme, il aurait certainement fallu que je devienne capable de retrouver les qualités de mouvement générées par l'épuisement au-delà de celui-ci. À ce titre, au cours de la dernière semaine de répétition, une autre stratégie a également émergé : jouer avec un certain « pourcentage » d'investissement dans la réalisation de l'action :

Dans la phrase longue, Kelly m'a demandé de la faire à 60 % pour la mémoire et l'espace : au final c'est ma meilleure fois! Comme je suis dans un état de semi-marquage, il n'y a pas de forces non nécessaires dans les bras, qui ont ainsi l'impression de flotter (air dans les articulations comme je voulais). Je mets les accélérations seulement là où elles sont nécessaires et je relâche ensuite. Cela donne une élasticité au mouvement et l'impression d'être « tirée vers ». Je prends le temps d'être claire et juste dans chacune des spirales. (Journal de bord *Waypoints*, 10 février 2010)

L'impression d'être « tirée vers », énoncée dans cet extrait de mon journal de bord, est un troisième élément qui est apparu récurrent et central dans le travail de Kelly et dans le solo *Waypoints*. J'avais ainsi en permanence l'impression de voyager vers de



nouveaux points de la scène ou, pour reprendre le titre de la pièce<sup>24</sup>, d'être ballotée d'un lieu à un autre, comme sur les flots d'une mer capricieuse.

#### 4.2.1.3. L'aller-vers

Dès la première semaine de travail en studio, j'ai compris qu'un des défis à relever serait de développer ma capacité à vivre l'« aller vers » du mouvement, comme si j'étais tirée à travers l'espace. Je devais sortir du confort de mon espace personnel pour explorer l'espace de la scène :

Kelly me semble toujours dans l'« aller vers » dans la phrase longue. Elle est tirée vers quelque chose, par quelqu'un (ça me rappelle l'exploration où elle me tirait au sol). Ça a l'air très facile musculairement, quasiment détendu. Engagé mais relax. Je sens que ça va être mon défi dans cette pièce : l'aller-vers, ou l'être tiré vers. Sortir de ma kinesphère! (Journal de bord *Waypoints*, 14 janvier 2010)

Or, cette manière de concevoir le mouvement est apparue extrêmement difficile pour moi. Je me sentais plus familière avec le fait de l'aborder en déplaçant mon espace personnel plutôt qu'avec le fait de le dépasser, d'en sortir. Kelly revenait régulièrement sur cet aspect du mouvement. Lors de son entretien, elle le mentionnait d'ailleurs: « this idea of expelling out from the centre out into space and like this idea the fluids in our bodies going to like the ends and getting pulled and pushed in space became more important » (Entretien Kelly, 17 février 2010). Elle m'invitait à sentir que le mouvement partait du centre de mon corps mais en était « expulsé » à sa fin, projeté dans l'espace autour de moi. Cette consigne était très éloignée de mes

---

<sup>24</sup> *Waypoints* fait directement référence au terme utilisé en navigation pour indiquer les différentes positions d'un navire en mer, établissant ainsi son itinéraire.



affinités gestuelles, mon habitude étant de faire voyager le mouvement du dehors vers le dedans, et non l'inverse.

L'« aller-vers » correspondait également à ma capacité à accepter le déséquilibre, à le laisser advenir et à me laisser conduire par lui : « Je dois trouver par où je suis tirée et être plus en déséquilibre. Prise de risque hors de l'axe vertical » (Journal de bord *Waypoints*, 3 février 2010). Le déséquilibre me permettait en effet de ne plus contrôler l'initiation de mes déplacements, mais de laisser la force dynamique du mouvement agir naturellement. Il est intéressant de relever que dans mon analyse préliminaire j'avais noté une facilité à trouver des équilibres mais que je n'avais pas mentionné ma relation au déséquilibre. Cet oubli dénote quelle était alors ma relation au déséquilibre, c'est-à-dire certainement une absence de conscience de sa présence dans ma danse. Or, tout comme la fatigue m'avait aidée à relâcher l'aspect musculaire et volontaire du geste, elle est devenue également une stratégie afin de m'aider à entrer dans cet espace extérieur du déséquilibre et de l'aller-vers : « Je suis réellement tirée car je suis obligée de continuer, d'avancer alors que mon corps ne veut plus » (Journal de bord *Waypoints*, 8 février 2010). En ressentant l'épuisement et le relâchement musculaire, je me sentais alors en déséquilibre, traversant l'espace.

#### 4.2.2. Les défis relationnels

Si les défis techniques précédemment décrits se sont avérés au cœur de mon expérience avec Kelly, ma relation avec elle a été basée sur une communication fluide, ouverte et confiante. Je sentais son désir d'entrer dans une réelle collaboration avec moi. Elle s'impliquait, à mes côtés, dans la recherche du matériel chorégraphique et me proposait de participer concrètement à sa construction. Très souvent d'ailleurs, elle me demandait mon opinion sur des questions d'ordre structurel : comment la pièce se construisait, quelle musique choisir pour quelle

section, comment faire les transitions entre chaque scène. De mon côté, cette ouverture de la part de Kelly me donnait la liberté de prendre certaines initiatives. Je pouvais lui proposer certains éléments relatifs à ma propre perception de la pièce et je répondais très activement à certaines demandes d'improvisation, m'éloignant parfois des consignes proposées. Cependant, malgré cette facilité de communication établie avec la chorégraphe, d'autres défis d'ordre relationnel sont apparus, relativement à l'exécution même de la gestuelle. Comme je l'ai mentionné précédemment, Kelly représentait un véritable modèle pour moi et la question semblait sans cesse revenir : « serai-je capable de danser comme elle? » (Journal de bord *Waypoints*, 15 janvier 2010).

#### 4.2.2.1. La question du modèle

Tout au long du processus de création, j'étais fascinée par l'intelligence corporelle de Kelly. À titre d'exemple, la première fois qu'elle m'a montré la longue phrase de mouvements qui serait le cœur de l'œuvre, j'ai été complètement captivée par sa manière de bouger. Cette fascination m'a amenée à ne pas reconnaître un matériel que j'avais pourtant déjà expérimenté. J'étais ainsi dans une observation admirative et non dans une observation concrète du travail à effectuer :

Je suis impressionnée quand elle me la [la phrase longue] danse. On dirait un félin qui bouge. Elle traverse l'espace. Je vois l'espace et l'énergie, les lignes dans l'espace plutôt que son corps. Quand elle me la démontre, je suis étonnée de voir que je connais déjà la majorité des mouvements. (Journal de bord *Waypoints*, 14 janvier 2010)

D'un côté, les démonstrations physiques de Kelly et le fait de danser avec elle stimulaient chez moi un réel enthousiasme et une motivation certaine. D'un autre côté, reproduire ce modèle devenait un défi de chaque instant, un défi dans lequel je

reconnaissais la nécessité d'inhiber mes habitudes gestuelles et de me responsabiliser totalement face à mes propres difficultés. Je vivais clairement des tensions entre mon désir de reproduire le mouvement qu'elle me démontrait et son nécessaire passage dans mon propre corps, avec toutes les différences que cela pouvait comporter en fonction de mon anatomie, de mes habitudes gestuelles, de mes limites musculaires et articulaires. Kelly le reconnaissait elle-même dans son entretien :

You have a different anatomy that me so also didn't expect that you would like get it immediately, or even within four weeks but just to have that as something that we kept returning to. [...] (I wanted) to push you but also know that like you have limitations and they're not just like, not practicing or you know that it's, there's like limitations that are out of control and we don't always know what each other's limitations are or what our own limitations are. (Entretien Kelly, 17 février 2010)

Dans mon journal de bord, je mentionne à plusieurs reprises la difficulté que j'avais à ressentir dans mon propre corps la dynamique du mouvement que je pouvais percevoir chez la chorégraphe. J'entrais ainsi dans un processus de comparaison permanent. J'avais souvent besoin de m'arrêter et de regarder Kelly faire, tentant, par la suite, de reproduire le modèle que j'avais eu en face de moi. Cependant, ce processus d'observation, de comparaison et d'imitation a également engendré une dynamique d'objectivation qui m'a amenée à me considérer comme un corps-objet, un corps-instrument, un outil agissant dans des conditions pratiques et mettant en relief l'efficacité du faire.

#### 4.2.2.2. L'objectivation de soi

Le processus d'imitation, jumelé à l'observation quotidienne des vidéos des répétitions, a entraîné une double perspective sur moi-même : à la fois intérieure, très subjective et en même temps extérieure, dans une tentative d'observation

« objective » du geste. Face à cette objectivation, je remettais toujours en question mes sensations, ne sachant pas si je pouvais m'y fier. En regardant les vidéos des répétitions, je pouvais constater qu'en effet, mes sensations ne reflétaient finalement pas le résultat escompté : « Je me rends compte en visionnant la vidéo que mes sensations ne sont pas représentatives du réel état d'avancement vers la qualité de geste désiré » (Journal de bord *Waypoints*, 4 février 2010). Ainsi, je vivais toujours des décalages entre ce qui me semblait être des avancées significatives et ma façon de générer le matériel chorégraphique. Je le mentionnais d'ailleurs à Diane Leduc lors de mon entretien avec elle :

C'est une grosse question pour moi, dans ce processus-là. C'est un peu la question de la technique Alexander. De voir cette espèce d'habitude, puis finalement, de changer des fausses habitudes en bonnes habitudes. Ou tes sensations, fausses sensations en bonnes sensations [...] ce que je comprends par empathie sur elle, je la vois faire, puis quand je le fais, j'ai l'impression de faire ce qu'elle fait. Parce que c'est comme ça que je le ressens moi, dans mon corps. Mais ça ne correspond pas. Pas toujours, en tout cas. (Entrevue 1 avec Diane, 4 février 2010)

Kelly, de son côté, reconnaissait l'influence de sa pratique d'enseignement en répétition. Sa tendance à donner beaucoup d'informations et de stratégies différentes afin d'accéder à la qualité du mouvement voulue semblait concourir à cette surenchère de l'importance donnée à la précision technique du geste :

I think that sometimes, as a teacher, I like to share my body experience, I have a lot of different strategies and I know that sometimes when I give too many strategies they're like okay try this, oh no, okay well why don't you try it from this angle or why don't you try it like this. I think this confuses people a lot so I was like, okay let's try warm up like this today okay. But sometimes I give up too soon or I change my mind too soon about what's going to be an entry point for you and I think that happened a little bit. (Entrevue Kelly, 17 février 2010)



Or, cette fixation sur la technique semble m'avoir fait perdre de vue, à plusieurs reprises, l'ensemble du solo. Je confiais alors à Diane ma peur de porter mon attention sur le sens de l'œuvre plutôt que sur les exigences techniques travaillées, le risque étant de retomber alors dans mes propres habitudes gestuelles au lieu de vivre une réelle « transformation » :

Mais j'avais vraiment ce défi-là : « travailler sur ma posture ». Donc j'ai beaucoup « focussé » là-dessus. Puis la porte d'entrée du sens, puis du sous-texte de la pièce, je commence à le sentir. [...] je sens que c'est clair que c'est une porte d'entrée pour lâcher le reste (mes préoccupations techniques). Mais après, si je lâche le reste, j'ai l'impression que je vais retomber dans mes *patterns*, puis mes façons de faire, ma façon de réagir. (Entrevue 1 avec Diane, 4 février 2010)

Au moment de l'entretien avec Diane, je me trouvais dans un état de très forte nervosité et de fatigue. J'avais l'impression de devoir chaque jour affronter les mêmes problèmes et de n'y trouver aucune solution : « Est-ce que de m'arrêter sur chaque "répète" puis d'être frustrée, puis de travailler, ça me rigidifie le corps, au lieu de dire : Ok, j'essaie de le faire à ma manière puis advienne que pourra. Là, je suis vraiment épuisée à la fin » (Entrevue 1 avec Diane, 4 février 2010). Je me sentais en effet dans une impasse et dans un réel « moment de crise » : je vivais de l'épuisement et un découragement certain face à mon incorporation du solo.

#### 4.2.3. Les enjeux psychologiques

##### 4.2.3.1. Désorganisation et perte de repères

Lors de la troisième semaine de répétition, j'avais l'impression de me retrouver au pied du mur, face à mes limites. Je me rendais compte que l'échéance de la présentation arrivait à grands pas et qu'il m'aurait fallu bien plus de temps pour



pouvoir me sentir complètement à l'aise avec l'incorporation du matériel chorégraphique :

Fatiguée et découragée. Je me sens dépassée, incapable de surmonter les défis que je me suis mis. Avec l'entretien de Diane, je me rends compte que j'avance à pas de fourmis. Les sensations nouvelles que je perçois ne sont pas percevables dans ma danse (plus de relâcher, sensation de *pulling*, ondulation et mobilité de la colonne). Je me retrouve face au mur de mes limites. (Journal de bord *Waypoints*, 5 février 2010)

Je m'étais sentie, depuis le début du processus, investie dans un travail de conscientisation de mes habitudes, travail nécessitant une concentration permanente mais engendrant également une grande fatigue et un sentiment très fréquent d'inadéquation face au matériel proposé. Ce sentiment d'inadéquation me mettait toujours dans un état d'instabilité et de déséquilibre car je devais reconsidérer mes anciens appuis pour en trouver d'autres, et remettre mes sensations en question pour m'ouvrir à la possibilité d'en créer de nouvelles. Au cours de notre rencontre, Diane soulignait d'ailleurs le caractère inextricable de cette relation entre le processus d'adaptation et mon sentiment de déstabilisation permanent :

Est-ce que l'adaptabilité ne serait pas toujours dans la déstabilisation? Peut-être que t'as besoin d'une, je ne sais pas, de nourrir des éléments de déstabilisation? Comme par exemple quand quelqu'un te tire par l'avant, ou quand tu saisis vraiment bien que c'est l'initiation le problème, donc tu déstabilises tes *patterns*. Tu défais tes *patterns*. À partir d'un état, à partir d'une déstabilisation. Donc peut-être que dans ton adaptabilité, peut-être que c'est la déstabilisation qu'il faut chercher.

[...] Parce que déstabiliser, ça veut dire prendre beaucoup de risques aussi. Ça veut dire affronter ses peurs. Comme par exemple, juste faire un tour que toi, tu contrôles parce que tu l'as toujours appris, puis que là, elle te demande de défaire, et d'aller chercher une autre énergie dans ce tour. C'est... Y'a aussi un affrontement. Peut-être pas de ses peurs, mais de ses insécurités, en fait, physiques. (Entrevue 1 avec Diane, 4 février 2010)

Le processus d'adaptation vécu avec Kelly me demandait d'être en empathie kinesthésique avec elle, de faire une réelle introspection de moi-même dans mon approche du mouvement, et d'envisager les changements nécessaires dans ma propre organisation. Ce processus d'introspection a sans aucun doute généré une dévalorisation personnelle et un jugement permanent, rendant difficile le processus de réorganisation nécessaire à mon adaptation. Or, après l'entrevue avec Diane, je sentais que le fait d'avoir verbalisé et exprimé mes angoisses, le fait d'avoir été entendue et comprise, me permettait de relâcher mes tensions et d'entrer dans une nouvelle phase d'évolution dans mon travail :

Je libère mes émotions. Je suis donc un peu plus relâchée en répétition! Baisse du tonus musculaire comme dans l'expression « baisser les bras » [...] Laisser tomber la forme et m'appuyer sur ce que mon personnage vit. Me fait ralentir dans la phrase longue. Je suis plus mon déséquilibre et ma propre logique articulaire : plus de poids et début de mobilité du sternum sur la vidéo. Plus posée dans les moments marqués. La fin est agréable. (Journal de bord *Waypoints*, 5 février 2010)

La « crise » vécue dans le processus avec Kelly m'avait fait vivre une réelle désorganisation, dans laquelle j'avais perdu, à un moment donné, une vision globale de la situation. Je m'étais enfermée dans des considérations d'ordre technique extrêmement précises, sans avoir de recul toutefois par rapport à ce que je vivais. Or, avec la reconnaissance de cette « crise », je commençais à réinvestir ma propre créativité, c'est-à-dire à affronter mes limites et les contraintes de la création tout en y trouvant des solutions. Arrivée en fin de parcours, je ressentais ainsi le besoin de revenir au sens de mon trajet, et ce, à travers la pièce elle-même :

Trouver un équilibre entre ce que j'ai travaillé comme qualités gestuelles, qui m'amènent complètement dans une autre sphère de la manière dont je bouge d'habitude, puis quand même, d'être vraie par rapport à la réponse de mon vécu par rapport à l'histoire de la pièce. (Entrevue 1 avec Diane, 4 février 2010)

#### 4.2.4. Les enjeux créatifs

##### 4.2.4.1. La reprise mobilisatrice ou l'émergence du sens de l'œuvre

L'entretien avec Diane semble avoir été un évènement charnière dans cette crise, me permettant de vivre par la suite une autre étape de l'adaptation psychologique, à savoir une réelle « reprise mobilisatrice » pour reprendre les mots de Tap et Esparbès-Pistre (2001). La verbalisation et la conscientisation du problème rencontré, soit ma fixation sur mes difficultés techniques, m'ont en effet permis de créer « une objectivation critique des composants de la crise » (Taché, 2003, p. 103) et d'y trouver de nouvelles solutions. L'entretien avec Diane m'avait amenée à appréhender une solution possible à cette « crise » : celle de me reconnecter avec le « personnage » de la pièce, son histoire, son voyage. Je commençais à envisager la possibilité de rattacher ma physicalité au propos de l'œuvre. Les déséquilibres, les chutes, les rebonds, les élans que j'avais tenté de travailler depuis trois semaines étaient finalement la réelle métaphore de ce voyage houleux et sinueux, aux confins d'un monde auquel il faut en permanence s'ajuster. Je revenais à la première semaine en studio, au cours de laquelle Kelly m'avait présenté le thème qu'elle souhaitait explorer dans la pièce :

I had been stressing out for weeks about what to begin working on to like generate movement and it came one evening when I was walking home with my mp3 player from downtown to metro Beaubien and then I had this whole inspiration like a... yeah I had a little soundtrack going on and I could visualize a dance and so I decided that I would start there, I would make a decision and I would start there, just as a starting point. That was with the Frank Sinatra song "That's Life" and then so I started researching music of that time and songs of that time and like character and just the ways people were encouraged by popular song to go on with their life and to put on a mask and it's kind of the beginning of forming the American Dream. So without being too literal I related to that, even now. (Entrevue Kelly, 17 février 2010)

Je reconnaissais que le trajet de la pièce, les différentes chutes au sol mais aussi les moments de suspension, de déséquilibre, m'amenaient à me raconter une histoire, une histoire dans laquelle je représentais un personnage fictif aux prises avec ses combats, ses difficultés tout comme ses espoirs. Les hauts et les bas de la vie, l'incessante déstabilisation produite par les aléas de notre quotidien recouvraient un sens dans cette gestuelle dynamique qui jouait sur un perpétuel déséquilibre et sur un « lâcher-prise » musculaire pour suivre « le *flow* » :

Création du personnage que j'incarne. Ce n'est plus moi. J'ai l'impression d'être un personnage de film en noir et blanc, un peu maladroit et dégingandé (surtout avec le costume masculin). Ce n'est pas question de féminité mais d'humanité. Je ne m'arrête plus sur des détails (bien que je fasse attention à différents moments de la pièce sur des qualités ou des indications de Kelly). Mais je suis plus portée à suivre la courbe de la pièce, son déroulement, comment je passe d'un état à un autre. (Journal de bord *Waypoints*, 8 février 2010)

De plus, malgré la frustration et la tristesse que j'avais pu ressentir, je me reconnaissais très bien entourée et soutenue dans ce processus. Kelly me témoignait chaque jour sa confiance et sa satisfaction du travail accompli. Alors que je l'avais beaucoup rassurée au début du processus quant à son expérience relativement nouvelle dans la chorégraphie, c'était à son tour de me soutenir et de me rassurer quant à mon appropriation de la gestuelle :

The relationship it was interesting because on the first day and I think the second day you were like "Kelly, don't judge yourself, don't judge yourself", and I was like, "She's so right!" there's like no space for that in the studio and then I was a little sad because I felt you starting to judge yourself, and that was like, it was you that gave me the advice telling me not to judge myself and she's so exactly right and then you were doing it and I was like, I don't know how I dealt with it or if I told you not to judge yourself, I just tried to give you confidence. (Entrevue Kelly, 17 février 2010)

Or, cette confiance s'est avérée primordiale pour moi, me permettant de poursuivre chaque jour le travail et de trouver finalement une grande satisfaction le jour de la performance. Dans la dernière semaine de travail, ce retour au sens de la pièce a été un élément essentiel afin de me libérer d'une pression de performance et de mes exigences personnelles. L'enjeu créatif du processus devenait clair : harmoniser une gestuelle et un propos dans une dynamique du déséquilibre et de l'espace à investir.

#### 4.2.4.2. La relation gravitaire de l'entre-deux : l'espace dynamique du déséquilibre

Le processus de création de *Waypoints* a donc été un jeu incessant de déséquilibre. Je garde, dans ma mémoire kinesthésique, des sensations de grands déplacements, une dynamique toujours en mouvement, le contact de l'air sur ma peau traversant l'espace. Je pouvais vivre une relation à la gravité non pas dans des lignes droites, horizon vertical ou horizontal infini, mais plutôt dans des spirales, des inclinaisons, des tangentes, dans toutes les diagonales de mes déséquilibres. *Waypoints* semblait jouer de cette dichotomie entre le ciel et la terre, entre la chute et l'élévation, entre la crise et la reprise, pour ouvrir un espace toujours multidirectionnel, tri-axial et complexe. Je reprendrai ici les propos de Frey Faust (2010), créateur de l'Axis Syllabus, quant à l'acte de danser :

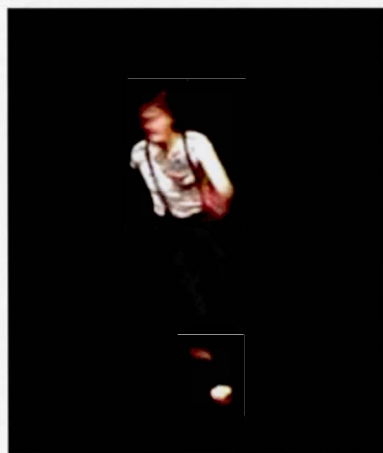
Dancing is about living, letting go, having the courage to let oneself, or parts of oneself fall, with the promise of catching and channelling the energy through falling. Dancing is the search for balance, which includes the state of imbalance as an integral aspect of the voyage. (p. 1)

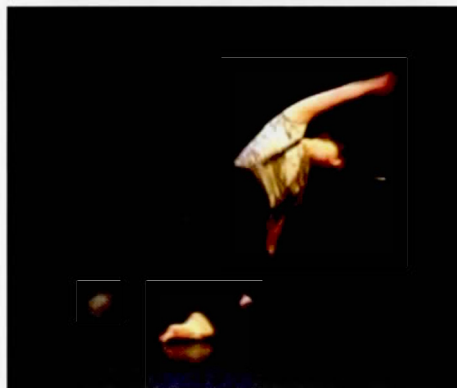
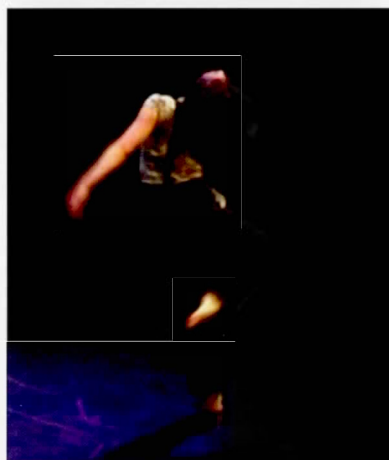
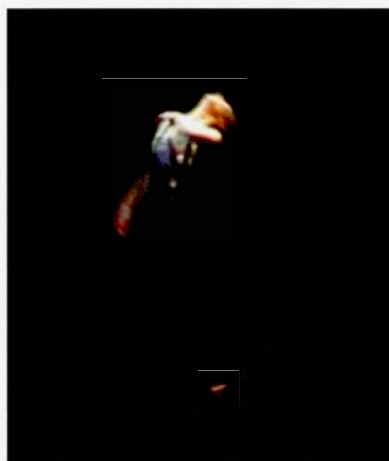
Aussi, reconnaissant que je n'avais pas atteint une réelle accession aux qualités de mouvements tels que dansés par Kelly, je sentais tout de même, de manière significative, l'ouverture d'un espace de sensations nouvelles pour moi, élargissant mon potentiel d'interprète. J'avais l'impression d'avoir essayé, testé une autre



relation à la gravité, très différente de mes affinités premières. Je n'avais pas l'impression d'avoir « changé » mon « terrain fonctionnel » mais plutôt de l'avoir complexifié, enrichi. Je ressentais que ce processus avait été un *voyage*, chaque jour m'ayant donné l'occasion d'escalader des montagnes, de plonger dans le vide, d'explorer des grottes souterraines. De plus, ce déséquilibre, ces tangentes représentaient bien ma relation avec Kelly. Chemins croisés. Jamais totalement parallèles, jamais totalement ensemble. Il s'agissait dans ce voyage de reconnaître la complexité de l'humain, de soi et de l'Autre. Reconnaître nos similitudes mais aussi l'unicité de chacune. J'ai été confrontée à ce désir de devenir l'Autre, à la possibilité de m'en approcher sans jamais pouvoir l'atteindre, telle une quête sans fin. J'avais expérimenté la persévérance du chemin mille fois emprunté et jamais achevé, toujours à redécouvrir, évoluant par essais et erreurs, acceptant les défaites, les chutes, les incapacités, mais appréciant aussi chaque victoire, chaque progression.

**Figures 2.1-2.4** Photogrammes de la captation vidéo de la performance publique finale du solo *Waypoints*





(Crédits : Adel Tahar)

Je suis sortie de la présentation finale extrêmement heureuse et satisfaite du parcours effectué, sentant que j'avais pu dépasser une sensation de blocage. En reprenant le solo pour un spectacle le 1<sup>er</sup> juillet 2010 à Grenoble puis en janvier 2011 à Halifax, je pouvais aisément voir que le temps avait également fait son œuvre et que tout le travail effectué avait pu se déposer et être réellement intégré dans mon corps.

*La persévérance de croire que la chute est toujours un rebond. Sortir du miroir et faire une percée dans l'espace d'un monde en perpétuelle bascule.*

#### 4.3. Solo 2 : *Dysmorphic Delicious*

Le processus de création avec le chorégraphe George Stamos a eu lieu du 22 mars au 16 avril 2010. Contrairement à Kelly, George m'était alors inconnu et je n'avais encore jamais eu l'occasion d'expérimenter son travail. Les premiers jours de répétition en studio m'ont permis de découvrir les bases de sa démarche chorégraphique à partir d'improvisations et de l'apprentissage de courtes sections dansées. George m'a ainsi présenté les deux grandes approches qui imprègnent fortement son univers de création : le travail de l'orientation de la tête et du regard, directement inspiré des principes de la technique Alexander, ainsi qu'un travail très viscéral, intérieur, relié en partie à ses différentes expériences d'interprète en danse. Par ailleurs, dès le début du processus, George m'avait présenté son intérêt pour les créations performatives et son désir de pousser plus loin cette forme de travail. Il précisait lors de son entrevue :

I'm constantly flipping with the terminology in my bio or in descriptions about dancer or performer. I think both are valid. If dance does not involve performance, I don't understand why it would still be good. But umm... performance more speaks to performance art which is like, looking at everything as performance like, us talking now is performance, writing down something is performance, eating food is performance, anything can be performance in the genre of performance art. So it's kind of open up. (Entrevue George, 25 avril 2010)

Je comprenais que, pour lui, cette approche performative signifiait ouvrir l'œuvre chorégraphique à la possibilité d'y rajouter du texte, d'utiliser des objets sur scène, de donner à voir une présence quotidienne dans l'action et d'éventuellement proposer un rapport direct avec le public. Cette première semaine m'a donc permis de plonger dans l'univers spécifique de la pièce que nous allions créer et qui allait mettre en jeu un certain nombre d'actions très précises à réaliser, intégrant objets, costumes et texte. Enfin, dès les premiers jours de travail, j'ai réalisé à quel point le processus de création de ce solo serait différent de celui de Kelly. Comme nous étions très peu dans la répétition des gestes, les discussions entre nous ont pris une place prépondérante. Nous échangeons sur la forme que la pièce prendrait mais également sur ce que nous souhaitons exprimer à travers elle. Ce mode de travail m'a conduite à remettre en question ma représentation de la danse et à assumer mon rôle de collaboratrice en prenant position, avec assurance et confiance.

#### 4.3.1. Les défis techniques

##### 4.3.1.1. Une question de posture : orientation, direction et regard

Dès le premier jour de répétition, George m'a proposé un exercice d'improvisation visant à mobiliser l'ensemble du buste, du sommet de la tête jusqu'au bassin, sur les trois plans (frontal, horizontal et sagittal). George a tout de suite introduit un élément clé de sa pratique : l'importance d'une posture érigée mobile, principe inspirée de la

technique Alexander. Avec la double référence tête/coccyx, cette posture, basée sur un axe vertical dynamique, est orientée vers le haut et vers l'avant par le sommet de la tête. Le coccyx, quant à lui, est orienté vers le bas et vers l'arrière, permettant de garder la courbure lombaire neutre. Cet aspect me renvoyait directement à mon expérience avec Kelly, car j'avais expérimenté avec elle une meilleure coordination et une meilleure répartition du mouvement lorsque je gardais ma courbure lombaire la plus neutre possible. Tout au long du processus, cette orientation de la posture, vers le haut et vers l'avant, est apparue de façon récurrente :

Contre le mur, j'ai une main sur le mur, la deuxième avec le maillet. Travail de la posture (assez intérieure) [...] J'ai conscience de tout le corps dans la posture Alexander avec focus sur le sommet de la tête. (Journal de bord *Dysmorphic Delicious*, 29 mars 2010)

La descente avec le verre sur la tête me renvoie à la posture Alexander : 2 directions tête/haut, sacrum/bas. (Journal de bord *Dysmorphic Delicious*, 30 mars 2010)

Le seul fait de voir évoluer George dans le studio me permettait, par empathie kinesthésique, d'avoir directement accès à une sensation d'auto-agrandissement, à un relâchement musculaire permettant une station debout sans effort et très mobile. Je me sentais également en affinité avec cette manière d'organiser le mouvement du haut vers le bas. Je pouvais ressentir à quel point le travail d'orientation de la colonne vertébrale, proposée par la technique Alexander, influençait directement le tonus musculaire en facilitant le travail des muscles antigravitaires. J'y pensais également en dehors du studio, dans ma vie quotidienne :

Cette posture Alexander, c'est parce que j'y pense dans le métro, j'y pense... C'est quelque chose que j'essaie d'appliquer, finalement, je pense à ma tête... Donc forcément, y'a quelque chose dans ma vie quotidienne qui est impliquant, qui s'imprègne. (Entrevue 2 Diane, 6 avril 2010)



Par ailleurs, pour m'aider à trouver une posture érigée plus mobile, George souhaitait que, debout, je trouve une position parallèle plus serrée, jambes davantage rapprochées. Dans les improvisations, je me rendais compte en effet que j'avais tendance à toujours écarter les pieds, ce qui me permettait d'avoir une base de sustentation plus grande et une plus grande stabilité, et donc de me sécuriser. Au contraire, pour lui, l'espace vertical était à découvrir dans un déséquilibre permanent, quoique léger.

Enfin, très régulièrement, un autre aspect du travail de George m'a aidée à me connecter à ce travail postural : celui du regard. Lors de la première répétition, je devais me déplacer dans l'espace en gardant les yeux soit fixes, soit très mobiles. En avançant, je me rendais compte d'une ouverture du front et d'un regard plus direct, et en reculant, d'une ouverture « derrière » les yeux et d'un regard plus périphérique. Tout au long de cette première semaine, différentes explorations m'ont ainsi amenée à éprouver plusieurs manières d'aborder l'espace autour de moi : avancer regard périphérique/avancer regard direct; reculer regard direct/reculer regard périphérique; tourner sur soi-même en regardant côté opposé; se déplacer en regardant côté opposé, etc. Or, cette mobilité de mon espace visuel semblait avoir un impact direct sur ma capacité à garder ma tête suspendue et libre. Le travail du regard est ainsi devenu un outil de travail essentiel et très concret pour moi dans tout le processus de *Dysmorphic Delicious*, travail dans lequel je me sentais à l'aise, le regard ayant souvent été un appui et une référence claire pour moi dans le mouvement. J'y avais recours pour libérer les muscles de ma nuque et donner une direction sans tension à ma posture. Il me permettait également de créer des effets de présence parfois surprenants, par exemple en choisissant une focalisation visuelle en opposition avec l'action réalisée ou déconnectée de celle-ci.

Cependant, alors que l'attention portée au regard et à ma posture m'invitait à m'inscrire définitivement dans un travail de direction et de rapport à l'espace autour de moi, la base de l'approche gestuelle de George s'est avérée au contraire très intérieure, viscérale et énergétique.

#### 4.3.1.2. L'espace gestuel « du dedans »

En guise de réchauffement, le troisième jour, George m'a proposé une séance de visualisation et d'exercices très lents au sol. Il me donnait différentes images afin que je génère des micro-mouvements à partir de sensations très intérieures. Parmi celles-ci, trois sont apparues particulièrement significatives.

Tout d'abord, je pouvais imaginer ma cage thoracique comme du chocolat fondant au soleil : je sentais alors chacun de mes muscles, ma ceinture scapulaire et mes poumons, se détendre, se dilater, provoquant une forte sensation d'élargissement de l'intérieur et une relation au plancher beaucoup plus fusionnelle.

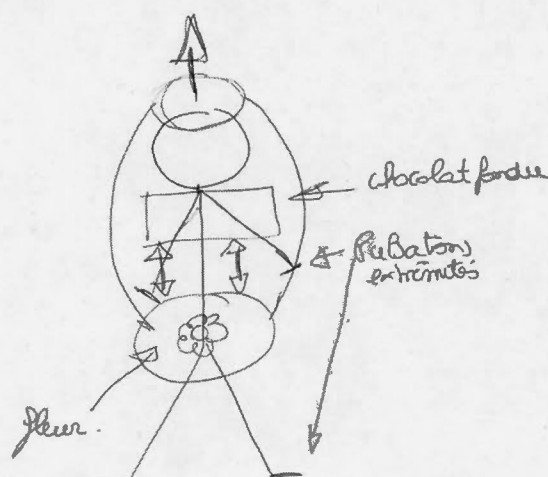
D'autre part, à cet état de détente générale, George m'invita à ajouter de légères pulsations au niveau des mains et des pieds. Je me sentais à la fois très détendue et très éveillée, dynamisée par cette relation à mes extrémités.

Enfin, en gardant l'idée de la relation tête/coccyx, je devais à la fois penser à ouvrir la gorge vers l'avant (pour garder ma courbure cervicale) et à ne pas rentrer le menton. En même temps, il me demandait de visualiser une fleur au niveau du bas ventre, afin d'y créer un espace ouvert et aéré jusque dans les hanches. Dans d'autres répétitions, George pouvait revenir sur ces images afin de me faire prendre conscience, par

exemple, de ma rigidité dans la ceinture scapulaire. Nous avons ainsi un vocabulaire commun et je pouvais comprendre rapidement ce qu'il voulait dire.

Une autre image s'est rajoutée plus tard : celle de la colonne vertébrale telle un « Jellyfish », afin de m'aider à garder une mobilisation du haut du corps en harmonie avec une respiration libérée de toute tension. Cette indication était très claire et très cohérente pour moi puisque, encore une fois, je pouvais lire toutes ses qualités recherchées dans la manière de bouger et d'être de George.

**Figure 3** Croquis de la connexion tête/coccyx, de l'image du chocolat fondu, des pulsations et de la fleur (Journal de bord *Dysmorphic Delicious*, 26 mars 2010)



Par ailleurs, ce travail d'imagerie m'a fait réaliser à quel point mes gestes étaient souvent trop amples, trop extériorisés dans une forme particulière. Je me trouvais confrontée à mon habitude, décrite lors de mon analyse préliminaire, de toujours chercher à investir l'espace extérieur plutôt que de modeler mon espace intérieur. Je

ressentais le besoin de retourner à une simplicité, et recherchais pour ce faire l'origine intérieure du mouvement :

À la fin, ma cage thoracique est un peu douloureuse. Je pense que je veux faire trop grand les mouvements du buste. Je me rends compte que George le fait plus de façon interne, avec les organes. (Journal de bord *Dysmorphic Delicious*, 22 mars 2010)

Improvisation « Torso » : en général je fais trop grand. Je suis dans la forme au lieu d'être dans le mouvement intérieur qui de toute façon fera émerger une forme. Retour à quelque chose de plus minimal. Mes appuis : la respiration, mouvement des organes et articulations. (Journal de bord *Dysmorphic Delicious*, 24 mars 2010)

Être dans l'« idée de » suffit pour entrer dans l'état. Ne pas vouloir faire plus. (Journal de bord *Dysmorphic Delicious*, 17 avril 2010)

À titre d'exemple, une séquence dans laquelle je traversais l'espace juste devant public avec un verre dans chaque main devait être initiée en imaginant une balle voyager à l'intérieur de moi-même. Je n'avais plus accès à mes initiations distales habituelles et je devais chercher l'énergie du mouvement au centre du tronc. D'abord, davantage dans une approche musculaire et volontaire du geste, je mettais beaucoup trop d'effort et d'amplitude dans cette section. Puis, en observant George et en discutant avec lui, je pris rapidement conscience d'un retour nécessaire à une gestuelle plus minimale, une concentration tournée vers mes propres sensations plutôt que dans une projection vers le spectateur.

Enfin, au cours du cinquième jour de travail, George m'a proposé des exercices de Qi Gong, basés avant tout sur la respiration et sur la circulation de l'énergie dans le corps. Ces exercices, que nous avons refaits ensemble dans la dernière semaine de répétition surtout, pour me préparer à danser la pièce du début jusqu'à la fin, me permettaient d'entrer dans un état d'attention soutenue. George me précisa également

que ce travail énergétique favorisait l'intégration des principes féminin et masculin, Yin et Yang, image qui m'a par la suite été très utile pour comprendre d'autres nuances de son travail. En effet, ces deux pôles me semblaient très présents à travers toute la pièce : je devais être dans un principe féminin de souplesse, de mobilité et d'intériorité et en même temps dans une force très masculine, souvent dans un rapport direct avec le public, dans une présence plus nerveuse, avec des changements rapides d'actions.

#### 4.3.1.3. La présence dans l'action

Jumelées au travail des sensations intérieures, les actions ou les « tâches » à réaliser sont devenues un troisième pôle central du travail de *Dysmorphic Delicious*. Tout au long du processus de création, George m'a proposé diverses actions à faire, très concrètes et reliées le plus souvent à la manipulation d'objets : frapper des citrons sur une table avec un marteau, verser du liquide dans des verres, me déplacer avec ces verres, enlever mon costume, m'asseoir sur une chaise, faire glisser cette chaise vers l'arrière en déplaçant la table, etc. Ces actions, de type plus performatives, me demandaient d'être très rigoureuse et de porter mon attention sur mon environnement, malgré une gestuelle initiée par mes sensations intérieures :

Double attention : balle très intérieure pour être à l'écoute de mes articulations et organes (en dehors de la forme). Et en même temps sur les objets extérieurs que sont les verres et qu'il ne faut pas que je renverse. Allume mon engagement et ma présence. Je suis dans une action claire qui me tient très « occupée ». (Journal de bord *Dysmorphic Delicious*, 29 mars 2010)

La manipulation des verres me demande une recherche de la précision de la tâche, de l'action à accomplir. (Journal de bord *Dysmorphic Delicious*, 16 avril 2010)



Cette activité me permettait de m'ancrer dans le moment présent de la performance et ouvrait mon attention sur des considérations « pratico-pratiques » : « Travail très concret sur les actions à réaliser. Comment transvaser les liquides dans le *ziploc* tout en gardant la même gestuelle accroupie? Où laisser les bouteilles après? » (Journal de bord *Dysmorphic Delicious*, 29 mars 2010). Cependant, être dans la tâche à réaliser a impliqué deux défis : celui de conjuguer une présence quotidienne à une présence définitivement performative et scénique, et celui de développer une attention multiple et ouverte à la fois sur l'initiation organique du geste et sur l'environnement :

Sortir d'une présence scénique pour être plus proche d'une qualité de présence quotidienne. Tâches à faire. Mais Paradoxe : on ne peut pas nier qu'on est en représentation → défi : trouver cet entre-deux. (Journal de bord *Dysmorphic Delicious*, 26 mars 2010)

Je suis dans l'action mais différente posture que d'habitude et différents regards aussi. Action quotidienne mais surréaliste, dans un autre univers. (Journal de bord *Dysmorphic Delicious*, 29 mars 2010)

Enfin, tout au long du processus, je comprenais progressivement comment trouver des transitions efficaces entre chaque section. Je comprenais que les changements de tonicité, de vitesse et d'espace étaient entièrement rattachés aux changements d'actions. Chaque transition restait un défi car leur bon déroulement était souvent relié à l'efficacité de ma manipulation des objets. Cependant, cette relation aux objets me dégageait d'une préoccupation première sur les qualités de mouvements, qui me paraissaient alors trouver un chemin comme par elles-mêmes à travers mes intentions dans l'action. Dans cette relation à l'action, il y avait également une quête d'efficacité, sans débordement d'énergie ni d'espace, dans laquelle je finissais par me sentir confortable même si elle stimulait ma présence et ma créativité dans l'action.

#### 4.3.2. Les défis relationnels

Si plusieurs défis techniques étaient présents, quoique beaucoup moins prononcés qu'avec Kelly, l'enjeu du processus de création avec George semblait se situer à un autre niveau : celui de créer ensemble une œuvre cohérente dans son propos et dans sa forme. Aussi, d'autres défis sont apparus, dont le principal était de trouver, dès le début du processus de création, une relation personnelle avec l'œuvre, au-delà de ma relation avec le chorégraphe.

Il est important de souligner qu'aucune dimension affective n'est entrée en jeu dans ce processus. Je ne me sentais pas, avec George, dans un rapport de séduction, comme peut parfois l'être la relation interprète/chorégraphe. George le précise bien en décrivant sa conception de son propre travail d'interprète et de chorégraphe : « It's about the piece and where I go to the piece and it's not about myself » (Entrevue George, 25 avril 2010). En effet, je sentais que ses préoccupations étaient, comme les miennes, reliées à la pièce plutôt qu'à nous-mêmes. Nous avions un objet commun sur lequel nous travaillions de concert et il s'agissait de faire ensemble ce chemin vers la création finale. Au même titre que le chorégraphe, je me sentais impliquée dans la qualité de l'œuvre finale, non seulement dans sa performance mais aussi dans sa structuration même. Cet engagement commun dans la création de l'œuvre nous éloignait clairement d'une interrelation personnelle et affective, créant davantage une relation dynamique entre nous et l'œuvre. Néanmoins, si la communication avec George s'est avérée facile et fluide, deux défis relationnels se sont révélés dans le processus : se comprendre autour du thème de la pièce et répondre à l'environnement de l'œuvre, c'est-à-dire aux différents éléments la constituant, soit la musique, les costumes et les objets.

#### 4.3.2.1. Se comprendre autour du thème de la pièce

Les discussions avec George ont pris beaucoup de notre temps pendant les répétitions. Ce qui pour George semblait le plus important étaient la suite logique des actions entre elles, la fluidité des transitions, la cohérence du tout et sa conformité avec le propos de la pièce. Nous avons beaucoup échangé autour de la thématique du solo, du désir d'interroger notre relation au corps, ses éventuelles transformations dans une société de surconsommation et ses impacts sur l'image de soi. Le défi pour moi était de bien comprendre le point de vue de George sur le sujet traité mais aussi de bien expliquer le mien et ce que je percevais du sien. Ce défi était d'autant plus présent que tout le processus a été réalisé en anglais, langue que je pratique relativement bien, sans être cependant bilingue. De façon synthétique, nous souhaitions soulever des questions qui nous semblaient refléter les préoccupations actuelles d'une société où le corps est, trop souvent, considéré comme un objet. Dans ce contexte, plusieurs questions sont venues hanter notre processus : quel rapport entretenons-nous avec nous-mêmes? Comment se perçoit-on? Comment s'imaginent-on? Comment notre perception de la réalité, la représentation et la conscience que l'on a de soi-même et notre sentiment même d'identité sont-ils, parfois, déformés, aliénés, influencés par les pressions sociales, médiatiques et marchandes qui nous entourent? George et moi nous interrogeons sur le type de corps donné à voir et personnellement, je m'interrogeais sur ma propre image de moi-même dans ce contexte particulier. À ce titre, George souhaitait proposer dans la pièce l'affirmation selon laquelle « le corps est un costume » :

À la fin de la répétition, on voit comment j'enlève mon costume Adidas sur le bord de la scène et on parle un peu du texte que l'on veut rajouter après sur « le corps est un costume ». George n'est pas d'accord et veut démontrer cela dans le texte. Nous discutons autour de cette conception holistique de l'humain (intégration corps/esprit) et d'une revalorisation de l'importance du corps. Je mentionne Yvan Joly (praticien Feldenkrais)

qui ne veut pas que l'on emploie ce mot (le mot « corps »). (Journal de bord *Dysmorphic Delicious*, 31 mars 2010)

Au lendemain de cette huitième répétition, dès le matin, je réfléchissais personnellement sur ce que l'affirmation « le corps est un costume » signifiait pour moi :

- Corps conçu en cible du pouvoir; corps corrigé, corps obéissant, corps utile, corps arme; corps instrument; corps machine; corps fantasmé; corps sexuel; corps docile
- Plaisir; célébration; ludique; double
- Si le corps est un costume, je suis mon costume. Mon costume est mon être, mon affectif, ma raison, mon premier agent de rencontre avec le monde, avec l'autre. Il n'y a pas de costume au-delà de l'être (par-dessus l'être). (Journal de bord *Dysmorphic Delicious*, 1<sup>er</sup> avril 2010)

L'après-midi même, je partageais avec George ce court extrait de mon journal de bord et je lui amenais le recueil de textes de mon cours suivi à la maîtrise *Étude générale de discours sur le corps*<sup>25</sup>, qui me semblait pouvoir apporter de l'eau à notre moulin. Alors que nous feuilletions ensemble les pages, lisant au hasard quelques passages surlignés, je me rendais compte qu'aucun de ces textes ne semblait véritablement cristalliser le point de vue de George. D'ailleurs, j'avais parfois l'impression de ne pas saisir toutes les nuances de sa pensée. Cependant, au détour de la conversation, au sujet de l'approche psychanalytique du corps, un concept semblait intéressant pour lui : celui de l'ego. Le soir même, il m'envoyait par courriel des titres possibles pour la pièce : « Prosthetic Ego » ou « Dysmorphic Delicious », joignant à ces propositions des définitions des mots « égo » et « Dysmorphic ». Enfin, quatre jours plus tard, il m'envoyait un autre courriel me proposant un court descriptif de la pièce, description que nous avons gardée et intégrée dans le programme du 16 avril :

<sup>25</sup> Cours donné par Mesdames Andrée Martin et Sylvie Fortin à l'automne 2005 au département de danse de l'UQAM.

*Dysmorphic Delicious* is in part an investigation into consumerist behavior and a relationship between the product and the body. Another important aspect of this research has been a questioning of how marketing machines, trauma, addictions, neurosis and/or societal pressures can inspire the invention of “prosthetic egos” in the individual. These “prosthetic egos” becoming perversions and/or extensions of the self and driving the body to rebellion thru movement and sensation.

Ces questions sur le corps abordées dans *Dysmorphic Delicious* me renvoyaient indéniablement à des préoccupations que j’avais pu vivre dans le milieu de la danse contemporaine. Par exemple, comment le corps des interprètes en danse est-il représenté sur scène? Le plus souvent mince, musclé, athlétique, ce corps en danse se doit d’être beau et de transcender la matérialisation de notre incarnation. Comment le danseur peut-il alors se positionner face à cette objectivation de son « corps dansant » comme outil de représentation? À qui appartient cet « objet »? Qui signe cet « objet »? Nos réflexions sur ce sujet provoquaient clairement une mise en abîme de notre propre processus de création. Cela nous amenait également à nous interroger sur notre collaboration et sur l’apport créatif de chacun de nous deux dans la pièce. Intriguée par l’importance que prenaient nos discussions en répétition, je demandais à George, lors de mon entretien avec lui, si cela lui était habituel. Sa réponse m’a éclairée : « I mean usually we talk a lot, it’s true, and it’s even been commented on by like people that come in to watch rehearsals, that say “oh you talk a lot”, like compared to other processes they saw, um... so... it’s usual, the talking » (Entrevue George, 25 avril 2010). Cet aspect du travail de George n’était donc pas relié à l’aspect de recherche doctorale de ce processus, mais bien aux habitudes de travail du chorégraphe lui-même. De mon côté, cette insistance mise sur la compréhension du sens de l’œuvre m’apparaissait essentielle afin de pouvoir m’investir dans une pensée complexe et en incarner les nuances.

Ceci dit, si les défis relationnels autour de la compréhension de l’œuvre ont été centraux dans le processus, il s’est avéré qu’ils portaient également sur ma relation



directe avec l'environnement de l'œuvre, soit avec les différents éléments la constituant.

#### 4.3.2.2. Répondre à l'environnement de l'œuvre : musiques, costumes et objets

La musique est arrivée dès le début du processus. Lors de nos premières rencontres préparatoires, George m'avait proposé des compositions réalisées par un de ses collaborateurs de longue date : Owen Chapman. Étant donnée la durée plutôt courte de notre processus, la possibilité d'utiliser des musiques originales mais déjà construites nous permettaient de commencer la création avec un matériel sonore de base qu'Owen pourrait retoucher par la suite, pour adapter les transitions et les durées de chaque morceau à la proposition chorégraphique. Dès les premières écoutes, j'ai été emballée par cet environnement sonore. J'aimais particulièrement l'hybridité des sons utilisés et les références pop clairement développées. J'ai donc été, dès le début, extrêmement excitée à l'idée de danser sur une telle partition, qui me donnait de l'énergie tout en m'amenant rapidement dans un univers très particulier. La musique devenait pour moi la toile de fond de ma partition gestuelle, me donnant des repères très précis pour mes changements d'actions et d'états de corps. Je pouvais parfois me permettre de « suivre » l'énergie de la musique, par exemple dans la section du marteau en début de pièce. Cependant, dans certaines sections plus calmes, comme la première traversée contre le mur avec le costume gonflable, je devais faire attention à ne pas me fondre dans la bande sonore et à garder un tonus musculaire relativement engagé pour pouvoir maintenir un rythme plus rapide. J'avais l'impression de faire un réel duo avec la partition sonore, au sens où je devais être particulièrement à son écoute pour me situer dans l'évolution de la pièce, pour la suivre ou au contraire pour créer des contrepoints avec elle. Jusqu'à relativement tard dans le processus de création, j'avais parfois de la difficulté à l'entendre pendant que je dansais. En effet, j'étais davantage concentrée sur les actions à effectuer, les qualités posturales et

gestuelles à trouver. Le bruit que faisait le costume en dansant ou encore la récitation du texte me demandaient un effort supplémentaire pour ne pas me couper de l'environnement sonore. Ce n'est qu'autour de la troisième semaine, une fois l'appropriation du matériel complétée, que j'ai pu réellement jouer avec la musique et sentir ma capacité à faire des choix par rapport à elle au moment de l'exécution de l'œuvre. Lors de la dernière semaine de création, je commençais à varier mes vitesses, à proposer des accélérations ou des suspensions puisque je connaissais parfaitement la musique et qu'il m'était plus aisé de l'entendre tout en étant concentrée sur mes actions à effectuer. La musique a donc été un support à la création, nous permettant de structurer la pièce, mais également un défi pour moi dans l'interprétation du solo et dans son appropriation, un véritable défi attentionnel.

Les costumes ont également joué un rôle prépondérant dans la conception de cette pièce. C'est lors de nos rencontres préparatoires que l'élément central est apparu : un costume gonflable (voir Figure 4, p. 149). George souhaitait poursuivre ses explorations sur les transformations du corps. Dans des travaux précédents, il avait en effet exploré l'utilisation de ballons sur différentes parties du costume des interprètes, permettant de donner à voir des danseurs déformés par diverses excroissances. Pour *Dysmorphic Delicious* il souhaitait développer cette idée et l'appliquer à l'ensemble du corps, d'où le choix d'un costume gonflable qui donnerait à voir un être aux proportions démesurées. Trouvé et commandé finalement sur Internet, ce costume est arrivé au cours de la deuxième semaine de travail, ce qui nous a permis de l'expérimenter relativement rapidement dans le processus. Ce costume est devenu à la fois une contrainte à ma mobilité et un partenaire de jeu me permettant d'aborder mon espace personnel et l'espace autour de moi selon une perspective totalement détournée de mes habitudes de perception. Je me sentais en effet plus grande, plus large. Mes articulations semblaient davantage éloignées les unes des autres alors que mes membres eux-mêmes m'apparaissaient plus rapprochés. Le costume devenait un

intermédiaire entre moi et l'espace environnant, telle une deuxième peau. Je pouvais sentir l'espace entre le costume et moi-même, servant d'espace transitif entre l'environnement extérieur et mon propre espace kinesphérique. Avant de l'ôter, je m'immergeais d'ailleurs complètement à l'intérieur du costume, tel un papillon dans un cocon, pour en sortir presque nue, laissant alors derrière moi cette peau, cet autre moi. En outre, le système de ventilation interne permettant de gonfler le costume m'offrait la possibilité de jouer avec l'expulsion de l'air par les extrémités (mains, pieds ou cou) lorsque je me plaçais dans des positions refermées sur moi-même et au contraire, avec le gonflement extrême lorsque j'adoptais des positions plus étirées. Ce costume réagissait à chacun de mes mouvements et je devais ralentir ou modifier l'amplitude de mes gestes selon son degré de gonflement. Enfin, je devais, lors des passages au sol, m'assurer de ne pas cogner le système électrique sur le plancher, ce qui nécessitait une attention soutenue sur la précision du chemin gestuel emprunté.

Enfin, divers objets ont très rapidement pris une très grande place dans la création de *Dysmorphic Delicious*. Lors du cinquième jour de répétition, George m'a demandé d'improviser avec mon sac, pour en sortir des objets et les ranger sur une table. Il souhaitait me voir préparer des « drinks » que je servirais dans la pièce au public. Ainsi, après avoir fait une liste d'objets nécessaires, je suis arrivée le sixième jour avec tout le matériel pour travailler. Toute la première partie de cette sixième répétition a été consacrée à l'exploration de ces objets : citrons, verres en plastique, maillet, bouteille en verre, ciseaux, sacs *ziploc*. La manipulation des objets a immédiatement amené des contraintes d'ordre pratique qui ont influencé mes mouvements et ma qualité de présence. Par exemple, le maillet est très rapidement devenu une extension de mon bras, nécessitant une certaine force pour l'utiliser mais augmentant aussi ma sensation du poids de mon bras droit et le mouvement de balancier. La section avec les verres en plastique dans chaque main est également devenue très exigeante étant données les règles du jeu imposées : ne pas retourner les

verres et, au sol, garder toujours leur base en contact avec le plancher : « La coordination se fait par rapport aux objets à manipuler. Ex : section “Hammer time” grosse contrainte des verres qui m’obligent à prendre des chemins plus difficiles » (Journal de bord *Dysmorphic Delicious*, 13 avril 2010). Ainsi, tout au long de la création, ces contraintes nous ont amenés, George et moi, à avoir des considérations très pratiques, que je trouvais extrêmement concrètes et précises quant à mon travail d’interprétation.

On règle aussi d’autres questions d’ordre pratique.

- Où poser les bouteilles après le « pouring »?
- Quand mettre (et comment) les citrons dans le *ziploc*?
- Comment lancer le *ziploc* efficacement en arrière? (Journal de bord *Dysmorphic Delicious*, 7 avril 2010)

La manipulation des objets devenait un défi stimulant dans l’interprétation de la pièce. En effet, bien que mes actions aient été très précises, je ne pouvais pas contrôler complètement certains résultats de mes manipulations. Parfois mes verres pouvaient tomber de la table, du liquide pouvait se retrouver au sol et rendre le plancher glissant; les citrons frappés avec le marteau pouvaient partir dans tous les sens; mes verres se trouvaient plus ou moins remplis, etc. Toutes ces légères variations me demandaient de rester toujours très alerte et de demeurer dans le moment présent de l’action, puisque parfois je devais trouver des solutions très rapidement afin de poursuivre les actions suivantes. Je me sentais très créative dans ces prises de décision, modulant en permanence mon interprétation.

#### 4.3.3. Les enjeux psychologiques

Si les défis techniques et relationnels présentés ci-haut se sont avérés importants dans mon parcours, il est intéressant de noter qu’au moment de la création, je pensais que



ce processus ne m'amenait pas à remettre en question ma pratique. Je note d'ailleurs, exprimé dès la première semaine de travail dans mon journal de bord, mon sentiment de facilité dans le processus : « Je me rends compte que mon désir de me dépasser était moins présent cette semaine. Je reste confortable » (Journal de bord *Dysmorphic Delicious*, 25 mars 2010). Or, la question que je me pose ici est : le processus adaptatif doit-il toujours être inconfortable et dérangeant? Je réalise à présent, avec du recul, que si mes remises en question n'étaient pas de l'ordre de « Suis-je adéquate au projet ou non? », « Comment puis-je me dépasser? », j'en avais bien d'autres. Ce processus m'obligeait à reconsidérer ma façon de faire en studio, ma tendance à toujours attendre l'assentiment du chorégraphe ou à vouloir me mouler à sa façon de penser. Mon adaptation au projet de George semblait finalement se situer, de façon plus subtile, au niveau de remises en question de mes habitudes de danseuse, incorporées tout au long de mon parcours dans le milieu de la danse, par rapport aux exigences et aux changements de paradigmes imposés par l'attitude performative proposée par George. Je me rendais compte que cette manière de travailler venait bousculer mon incorporation des discours, dominants en danse, qui valorisent le dépassement de soi et l'engagement « corps et âme » dans le projet du chorégraphe. Ainsi, des enjeux psychologiques très clairs se sont présentés à moi : me positionner dans la collaboration artistique, trouver une responsabilisation et une autonomisation dans mon évolution tout au long du processus, et développer une disponibilité et une capacité à faire des choix personnels et créatifs.

#### 4.3.3.1. Positionnement et engagement dans la collaboration artistique

Bien que l'univers chorégraphique de George soit à la base très éloigné de mes expériences de travail précédentes, nous nous sommes trouvés très rapidement des points communs dans notre parcours artistique ainsi que dans notre façon de concevoir la création en danse. Tout d'abord, j'ai tout de suite pu constater que



l'expérience de George à titre d'interprète lui avait donné une conscience accrue du rôle des danseurs dans les processus de création en danse et influençait largement sa pratique de chorégraphe. De façon récurrente, nous discutons des problématiques rencontrées par les danseurs, les exigences de leur pratique et la difficulté parfois à travailler avec certains chorégraphes. Mes questionnements de chercheuse et d'interprète trouvaient un véritable écho dans ces échanges avec George. Nous partageons un même « idéal » de création, dans lequel une réelle et saine communication existe entre le chorégraphe et ses danseurs. George me témoignait ainsi, lors de son entretien, son besoin d'entrer en dialogue avec les chorégraphes avec lesquels il travaille :

I've realized by being involved in the last three projects as a dancer, were not filling because even though I thought that there was the possibility of the dialogue, in fact it wasn't really part of the practice of those choreographers. So it wasn't really realistic of me to say yes to those projects because I should have known that it's not really part of their practice. (Entrevue George, 25 avril 2010)

De plus, comme nous évoluions tous deux dans le milieu de la danse à Montréal depuis plusieurs années, nous nous trouvions fréquemment des références communes, ayant parfois travaillé, à des moments différents, avec les mêmes danseurs ou les mêmes chorégraphes. Ce terrain de pratique partagé nous a permis de reconnaître très rapidement nos affinités de pensées et a facilité notre processus de création, entrepris dans un réel désir de compréhension mutuelle. Dès les premiers jours de répétition avec George, j'avais l'impression de travailler avec lui depuis déjà longtemps, ses préoccupations, son discours et sa manière de travailler en studio étant totalement cohérents et correspondant également à mes propres attentes comme interprète face à un chorégraphe. La création du solo *Dysmorphic Delicious* s'est donc faite dans une atmosphère de collaboration aux sens étymologique et lexical du terme : « étym. 1829; "travaux d'un couple" », « travail en commun » ou encore « aide,

appui, concours, coopération, participation » (Robert, Rey-Debove et Rey, 2014). Dès les premières heures de rencontre avec George, j'ai pu sentir cette relation d'échange, une relation non hiérarchique basée sur le partage de nos idées et sur le respect de nos parcours respectifs. Pour reprendre un terme de Newell et Fortin (2008), nous nous sommes inscrits, dès le début du processus, dans un modèle de travail « décentralisé », c'est-à-dire dans un modèle où « les relations sont plus horizontales » et où « l'autorité et le sens sont partagés » (p. 91). Bien que j'avais déjà pu vivre, au cours de ma carrière, des expériences se rapprochant de ce modèle, en particulier avec des projets de la maison de production La 2e Porte à Gauche<sup>26</sup>, c'était la première fois que je le vivais de manière si sereine, sentant que j'avais réellement une place à part entière à prendre dans la création. Par exemple, lors de la répétition du jeudi 8 avril, une décision devait être prise quant au début de la pièce. Nous avons essayé une entrée le long du mur avec une lumière que je portais à la main. Or, c'est d'un commun accord et après discussion que nous avons décidé d'enlever cette partie :

George n'est plus satisfait et sûr de l'entrée en lumière. Après différents essais et discussions ensemble on décide de l'enlever.

- est-ce nécessaire? Non
- est-ce que c'est une proposition aboutie avec son potentiel? Non
- est-ce que d'autres manières de faire aident? Non trop théâtral, trop concept effleuré
- idée qui ne revient pas dans la pièce.

Dans cette même idée, réflexion sur la musique du début : est-ce nécessaire de la garder?

→ non, on décide de l'enlever pour assumer directement le début de la pièce avec la violence du marteau. (Journal de bord *Dysmorphic Delicious*, 8 avril 2010)

---

<sup>26</sup> [www.la2eporteagauche.ca](http://www.la2eporteagauche.ca)

Je sentais que, en me donnant toute la liberté permise dans les jeux d'improvisation et de composition, George prenait en compte mon expérience. Très rapidement il m'a fait comprendre qu'il avait confiance dans mon expérience d'interprète et que je n'avais pas à lui prouver quoi que ce soit. D'ailleurs, George ne s'est jamais montré soucieux lorsque je ne maîtrisais pas encore une partie de la pièce, ou lorsque les transitions n'étaient pas encore assez fluides. Sa confiance semblait totale, et cela me permettait de me faire confiance moi-même, de prendre le temps dont j'avais besoin pour incorporer toutes les sections, et puis de le faire dans le confort. Très rapidement, j'ai pu me laisser aller dans des propositions gestuelles ou textuelles, sans aucun jugement ni peur de ne pas correspondre aux attentes de George.

Je sentais également que mon intérêt pour la réflexion en général était apprécié et reconnu dans l'évolution de la pièce, ce que George a pu me confirmer lors de son entrevue :

How it's involved with the thoughtful process with this research you know, it's quite involved about figuring out mentally, you know, thinking quite a lot [...] that helped me change it in terms of like, my process, in terms of delving more into some of the dramaturgy and some of the use of the text even and talking about what does it really mean. (Entrevue George, 25 avril 2010)

Par la place prépondérante qu'ont prises les discussions dans ce processus de création, j'ai senti que ma parole pouvait avoir un sens et était considérée comme importante pour George. Lors de son entretien, il spécifiait d'ailleurs la nécessité de ces échanges pour lui afin de pouvoir également questionner ou remettre en question ses choix de chorégraphe :

To talk also means to listen and to listen also means to consider that you might be wrong and that it's not that, to be open to the other viewpoint and to let that benefit your viewpoint, you know, to let it add to it and if

the approach is more hierarchical, in terms of like, the choreographer knows best usually, then talking is hard. (Entrevue George, 25 avril 2010)

Pour George, l'adaptation à un processus créatif ne peut pas se faire de façon unilatérale. Elle doit être aussi bien vécue par le danseur que par le chorégraphe : « The choreographer has to adapt and is adapting always depending on the dancers they're working with » (Entrevue George, 25 avril 2010). George semblait encore une fois parfaitement cohérent dans son discours, son vécu et sa manière de faire en studio avec moi. Le format solo semblait, de plus, particulièrement favoriser ce climat intime de collaboration.

#### 4.3.3.2. Responsabilisation et autonomisation dans l'évolution

Tout au long des quatre semaines de travail, comme je l'ai mentionné plus haut, George ne me demandait que très rarement de refaire une section plusieurs fois. De plus, lorsqu'il nous restait du temps à la fin d'une répétition ou encore lors de la dernière semaine de travail, il ne m'imposait jamais les sections qu'il voulait travailler. Il me demandait au contraire si j'avais des besoins particuliers, ce que je souhaitais répéter, revoir, clarifier. J'avais le sentiment de pouvoir assumer l'entière responsabilité de mon adaptation et de jouir d'une grande autonomie dans mon rôle d'interprète dans la pièce. En agissant ainsi, je sentais également que George me démontrait clairement que cette pièce m'appartenait à titre d'interprète et qu'il était important que je la fasse mienne, que je m'y sente bien. Je ne me sentais jamais pressée dans une direction. Cette attitude très ouverte m'encourageait à choisir moi-même où je souhaitais pousser mes limites, mais toujours dans le respect de mon propre confort. Au même titre que George pouvait, en tant que chorégraphe, développer une recherche artistique très personnelle, il me laissait également la chance de vivre ma propre recherche, sans y interférer outre mesure. Cela implique



que j'avais bien évidemment mes propres doutes créatifs. Dans l'entrevue avec Diane, je mentionne à plusieurs reprises que je ne me sentais pas encore à l'aise avec le matériel, que j'avais parfois l'impression de « faire n'importe quoi » parce qu'il y avait trop de tâches à accomplir. Or, tous ces questionnements m'étaient très personnels et n'ont jamais provoqués de tension en studio. Le calme de George contrastait avec ma difficulté à gérer mes exigences personnelles. Tout au long de la création de *Dysmorphic Delicious*, j'ai eu d'ailleurs l'impression de combattre mon sentiment de « facilité » ou plutôt de « tranquillité » dans ce processus. De plus, lors des explorations de qualités de mouvements, George proposait généralement un ou plusieurs exercices qu'il faisait par la suite avec moi. Je ne me sentais ainsi pas observée, voire « surveillée ». J'étais libre d'interpréter à ma façon ses propositions. Je n'avais jamais l'impression d'être « corrigée ». Quand George me donnait un commentaire, je pouvais faire quelques essais pour m'assurer de l'avoir bien compris, mais nous passions ensuite très rapidement à autre chose, certains que le commentaire ferait sa route. J'expérimentais ainsi chaque jour mon adaptation à ce processus comme une autonomisation de mon travail d'interprète, au sens où je ressentais clairement que j'avais le « droit de me gouverner par mes propres lois » (Robert, Rey-Debove et Rey, 2014) : droit de répéter tant que je le souhaitais, droit de ne pas faire, droit d'aller à mon rythme, droit de modifier la proposition pour arriver au résultat, etc. Par ailleurs, George se positionnait très franchement dans cette manière de travailler, toujours très inspirée je crois par sa propre carrière d'interprète, et teintée de son désir de faire confiance et de respecter le travail de l'interprète : « In your choosing to work with someone as a choreographer you're also choosing that they have enough intelligence and talent to make choices » (Entrevue George, 25 avril 2010). George semblait interpellé par mon sujet sur l'adaptation du danseur. Nous avons eu à ce sujet plusieurs discussions qui m'ont permis également de mieux comprendre son travail, voire son approche chorégraphique.



What I'm trying to say is also to look at non-adaptation as a good thing and as an element that is part of the practice of a more mature dancer, like for example that's why I think putting choices into a composition is also really fulfilling because you see the dancer say no, you know like so much of the, so much dancing is about saying yes, yes, yes to movement, yes moving, yes moving, yes moving, or you know, and then it's really, I think interesting to see the choice. (Entrevue George, 25 avril 2010).

Je retrouvais dans l'approche de George un certain nombre de paramètres que j'avais pu vivre dans mes expériences de la méthode Feldenkrais : autonomie dans l'apprentissage, suspension du jugement porté sur soi et capacité à faire des choix. Ce dernier point est d'ailleurs revenu très souvent dans le processus de création et dans la structure même de la pièce.

#### 4.3.3.3. Savoir faire des choix

Cette grande autonomie que m'offrait George ne signifiait pas que la pièce demandait moins de rigueur de ma part. Au contraire, la structure de la pièce me demandait d'être attentive aux changements de rythme, aux changements rapides de section, à des états particuliers que j'avais pu trouver en répétition, à des consignes très précises de George. Cependant, son approche me donnait la possibilité, à tout moment dans la pièce, de faire des choix en fonction de ce qui pouvait advenir. George me démontrait, tous les jours, qu'il n'était pas attaché à une reproductibilité impeccable de sa pièce, qu'il me laissait réellement l'« interpréter » chaque fois selon mon propre ressenti du moment :

The practice of the dancer is usually complete adaptation, it's always adaptation. So when you get to the situation of how do you adapt from adaptation? So then that means it's also about non-adaptation, which means saying no, which means how do you adapt, but you not adapt too, or how do you adapt, how do you filter, how do you interpret? (Entrevue George, 25 avril 2010)

De mon côté, je note, dans mon journal de bord des dernières répétitions, que certaines sections ne me semblaient pas encore maîtrisées parfaitement, que je devais en permanence gérer les « accidents » avec les objets, ce qui semblait correspondre aux attentes du chorégraphe : « George est correct avec le fait que j'adapte son matériel dans le moment. Je dois faire des choix en permanence en fonction de ce qui arrive, des objets, de mon état, de l'espace. Il aime ça » (Journal de bord *Dysmorphic Delicious*, 16 avril 2010). Ainsi, cette part d'imprévu faisait entièrement partie de la pièce et de la proposition artistique de George.

Il est intéressant de remarquer ici que cette « autorisation » de m'approprier le matériel chorégraphique, de réellement « jouer » avec lui, semble avoir influencé les spectacles que je faisais au même moment avec la chorégraphe Erin Flynn. Nous reprenions en effet la pièce *The Shallow End* pour six spectacles à Montréal. Or, je me suis rendue compte que, maîtrisant parfaitement le matériel chorégraphique, je me permettais dans un solo de jouer avec toutes les variations possibles de rythme, de regard, de tonus, effectuant parfois des choix très différents d'un soir à l'autre. J'avais un plaisir immense à moduler ma performance, plaisir que j'avais l'impression d'éprouver réellement pour la première fois.

Par ailleurs, cette capacité à faire des choix me permettait également de respecter mes limites, de toujours travailler dans le bien-être et donc parfois de dire « non » à la proposition de George. Je décidais, au cours du processus, de ne pas boire les verres de limonade, de prendre plus de temps parfois pour reprendre ma respiration après certaines sections, de ne pas faire un mouvement au sol qui me faisait mal au poignet, de me relever plus tôt lors de la traversée accroupie si mes cuisses fatiguaient trop, etc. Tous ses ajustements témoignaient de la flexibilité de George, qui s'attardait plus au rythme global de la pièce plutôt qu'aux détails, et de mon côté de ma capacité à me positionner en tant qu'interprète autonome assumant ma présence dans le

processus de création. Ces décisions, au-delà de contourner certaines difficultés, tendaient à y trouver des solutions chorégraphiques pertinentes, de sorte qu'elles me demandaient de développer une créativité.

De plus, dans le contexte de la danse professionnelle, cette approche m'a demandé une grande adaptation et de grands changements de valeurs. J'avais en effet baigné tout au long de ma formation et de ma carrière dans un contexte de travail valorisant fortement le dépassement de soi et de ses limites. Or, la question ici était de comprendre de quel type de dépassement l'on parlait. Je comprenais alors que le dépassement que je pouvais vivre, au-delà des paramètres techniques propres à la danse, était de me permettre d'élargir et de libérer mon image de moi-même, de sortir des idées reçues sur les exigences de la danse et de me « tenir debout », assumant une verticalité sans effort, explorant tout le potentiel de mon environnement et de moi-même.

#### 4.3.4. Les enjeux créatifs

##### 4.3.4.1. Une verticalité assumée : « se mettre debout »

La pièce *Dysmorphic Delicious* et son processus de création ont été pour moi source de libération, de prises de conscience et d'ouverture de mon image de moi-même. Je me trouvais dans ce contexte particulier à développer ma capacité à accepter l'imprévu mais également à me voir autrement. À l'instar des différents costumes que je revêtais dans la pièce, je m'expérimentais sous différents angles, tantôt violente, tantôt décalée, tantôt douce ou mélancolique. J'acceptais mon côté plus intellectuel aussi et mon plaisir à jouer avec des idées et des concepts. Je jouais sur ma propre perception de moi-même, sur l'image « cool » mais aussi consumériste représentée par mon costume Adidas, le changement de proportions avec le costume gonflable, la

simplicité de la nudité soudain assumée à la fin de la pièce. À aucun moment dans cette pièce, je n'ai senti de pressions à devenir une autre que moi-même. J'acceptais plutôt toutes ces images que je pouvais « être » : potentialités ouvertes de mon propre devenir. Et tout cela était un jeu. Il s'agissait d'une nouveauté pour moi, d'habitude plus sérieuse, soucieuse du bien faire. J'étais, dans cette pièce, capable de me laisser aller et d'accepter aussi les bavures, les ratures, les détours à 90 degrés.

Par ailleurs, je ressentais un équilibre s'établissant entre la relation de type horizontal, non hiérarchique mise en place entre George et moi, et ma capacité à vivre symboliquement ma verticalité, c'est-à-dire ma capacité à « me mettre debout ». La verticalité sans effort de la technique Alexander prenait tout son sens dans cette pièce et dans mon vécu de celle-ci. En effet, apprendre à marcher consiste à accéder à la verticalité, et nécessite de sortir de la dépendance à autrui, de s'autonomiser et de pouvoir choisir la direction dans laquelle on veut aller. Or, c'est cette sensation de verticalité assumée qui m'habitait de plus en plus pendant ce mois de travail et je dirais ici qu'elle correspondait à une harmonisation entre mon corps-sujet et mon corps-objet. Je ressentais une valorisation de ma relation à la gravité telle que je l'avais perçue en amont du processus de recherche, et cela me permettait de la vivre avec plus d'assurance et en même temps de façon plus souple, plus respirée.

Il est bien évident que cette expérience a largement été influencée par les valeurs que George véhiculait, par le fait que nous partagions les mêmes questionnements, les mêmes préoccupations, mais aussi, je crois, par le fait que notre relation était largement orientée vers l'œuvre même, sur cet objectif commun. Ma capacité à dire « non » m'ouvrait la possibilité du choix et la porte de ma propre créativité; elle renforçait l'importance de mon « oui », de mon engagement et de mon bien-être dans la création.

*Suspendue au ciel. Toujours mobile et prête à jouer. Dans le positif de la confiance et de la joie de l'enfant retrouvées.*

**Figure 4** Photographie du costume et d'un accessoire (citron) de *Dysmorphic Delicious*



(Crédits : George Stamos)



#### 4.4. Solo 3 : *Brenda*

Le processus de création avec la chorégraphe Anne-Marie Pascoli a eu lieu du 17 mai au 11 juin 2010. La première semaine a été une période de rencontre et de découverte : rencontre tout d'abord avec Anne-Marie, que je ne connaissais pas du tout et avec qui je n'avais jamais travaillé; découverte, ensuite, de son univers, de sa manière de travailler en studio, des premières propositions gestuelles qui forgeraient la création. Cette première semaine a été extrêmement riche en explorations et a permis de « mettre la table » pour toute la suite du processus.

Intéressée par mes recherches sur la relation gravitaire, Anne-Marie désirait m'amener dans des zones du mouvement et des qualités de poids qui lui semblaient absentes dans les deux premiers soli, qu'elle avait vus en vidéo. Elle souhaitait également reprendre le port de chaussures à talons et l'utilisation de pansements occlusifs sur les yeux, deux éléments de travail qu'elle avait déjà explorés dans des anciennes pièces de sa compagnie et qui, par des contraintes strictement physiques, m'amèneraient à une relation à la gravité certainement modifiée. De façon générale, sans avoir une idée précise de ce que serait le solo, Anne-Marie avait le désir de travailler sur la lenteur et sur la féminité.

Tout au long de cette semaine, nous avons travaillé selon deux modes principaux : des explorations et des improvisations. Dans les explorations, il s'agissait pour moi, d'après des consignes très précises d'Anne-Marie, d'éveiller mon attention à certaines qualités de mouvement mettant en jeu différentes connexions du corps, sa relation au sol et à l'espace. Dans les improvisations, l'optique de recherche pour moi-même était abandonnée et je reprenais, dans l'idée cette fois-ci d'une création en construction, les différents éléments découverts dans les explorations avec une attention portée sur les paramètres d'espace et de temps.

Le travail proposé par Anne-Marie, basé entre autres sur ses diverses expériences en éducation somatique (Feldenkrais, Eutonie, Body-Mind Centering), a permis d'approcher le geste tel un prisme à multiples facettes, facettes qu'il s'agissait d'explorer : les sensations viscérales<sup>27</sup>, les connexions articulaires, le travail des différents appuis, les relâchés musculaires ou encore la respiration. Je décrirai ici ces principaux éléments, qui ont été à la base du travail de création de *Brenda* et qui reflètent la conception très arrêtée de ce qu'était le geste dansé pour Anne-Marie.

#### 4.4.1. Les défis techniques

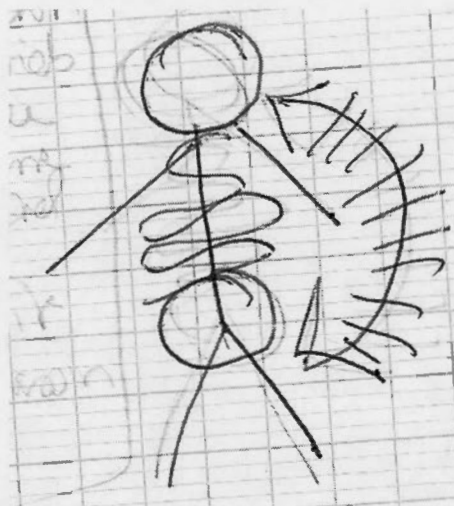
##### 4.4.1.1. Les connexions articulaires

Dès la première exploration en studio, Anne-Marie m'a proposé un exercice de mobilisation de la colonne vertébrale afin d'éveiller la connexion tête/coccyx et toutes les nuances de mouvement entre ces deux points. Alors qu'elle avait une main posée sur mon occiput et une autre sur mon sacrum, je devais proposer des initiations du mouvement à partir de n'importe quel point de ma colonne. La mobilité de la colonne vertébrale et la connexion tête-coccyx sont restées des éléments clés pour accéder au travail d'Anne-Marie, une base dans l'ensemble du processus de création. Aussi, si l'axe vertical de ma colonne était une référence claire pour moi, le défi ici était de la laisser respirer et d'explorer toutes les possibilités de sa mobilité.

---

<sup>27</sup> L'adjectif « viscéral » est à prendre ici au sens propre, et non pas au sens figuré (voir 4.4.1.2.).

**Figure 5.1** Croquis de la connexion tête/coccyx et mobilité de la colonne vertébrale entre les deux (Journal de bord *Brenda*, 24 juin 2010)



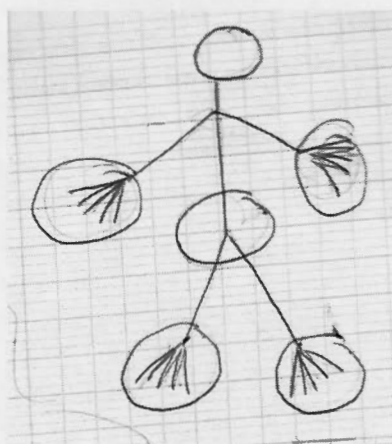
En outre, corrélativement à cette connexion tête/coccyx, nous avons exploré, dès les premiers jours en studio, les connexions tête/coccyx/extrémités et centre/extrémités. Dès la première répétition, Anne-Marie m'a proposé une exploration ayant pour simple consigne « Main pleine ». Cela mettait en jeu, outre une attention spécifique portée à la main, un travail sur l'imaginaire suscité par la dénomination « pleine ».

Ensuite, lors de la deuxième répétition, elle a introduit une exploration avec la seule indication « Main/bassin/pieds ». J'essayais alors de sentir les connexions possibles entre des initiations proximales ou distales<sup>28</sup>, les résonnances de mouvements d'une partie du corps à l'autre. Encore une fois, ce travail de connexion centre/périphérie est devenu un outil essentiel à ma compréhension du travail d'Anne-Marie et je m'y référais régulièrement pour enrichir mes improvisations de coordinations variées.

<sup>28</sup> Initiations proximales : mobilisation du centre du corps (tronc) pour débiter un mouvement. Initiations distales : mobilisation des extrémités du corps (mains, pieds) pour débiter un mouvement.

Cette connexion centre/extrémité m'était particulièrement utile dans ce qu'Anne-Marie appelait le « déployé » du geste : le développement de mon mouvement du centre jusqu'aux extrémités, mes mains et mes pieds. J'avais ainsi une conscience particulièrement aiguisée de mes doigts et de mes orteils. Cependant, tout comme cela avait été un défi avec Kelly, ce travail sur le déployé du mouvement à partir du centre a été très exigeant, me demandant de lâcher mes appuis habituels du mouvement dans l'espace à partir de mes extrémités.

**Figure 5.2** Croquis des connexions extrémités/centre (Journal de bord *Brenda*, 24 juin 2010)



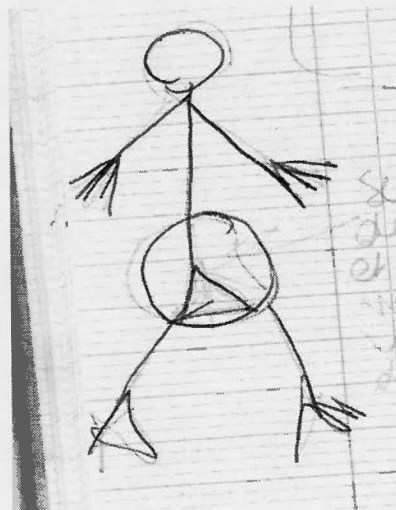
#### 4.4.1.2. Le viscéral

À travers cette connexion centre/extrémités, Anne-Marie m'a proposé, le quatrième jour, d'explorer une mise en mouvement par l'attention portée au petit bassin, à son volume, à son poids et surtout à sa fonction de contenant pour les viscères. Encore une fois, cette proposition me renvoyait directement à mes questions sur le rôle du bassin dans la relation à la gravité. Alors que l'initiation du mouvement par le sacrum n'était pas évidente pour moi, cette approche viscérale s'est avérée beaucoup plus



parlante, me permettant de trouver davantage de tridimensionnalité et de poids dans le mouvement. J'avais la sensation de générer un matériel gestuel plus rond, sensation qui m'a accompagnée tout au long du processus. De plus, cette exploration à partir du volume du petit bassin est apparue significative pour moi. Je me rendais compte que l'attention portée au volume interne du bassin me permettait de garder ma courbure lombaire. J'avais déjà réalisé ce travail sur le bassin avec Kelly, quoique d'une autre manière, et il devenait pour moi, encore une fois, un outil relativement clair. J'ai donc pu m'y attacher régulièrement au cours du processus de création, en particulier lors des improvisations avec les chaussures à talons : Anne-Marie et moi cherchions alors une qualité plus « plombée » vers le sol, de manière à créer un contraste avec l'élévation provoquée par les talons.

**Figure 5.3** Croquis de la sensation du poids et du volume viscéral du petit bassin (Journal de bord *Brenda*, 24 juin 2010)





#### 4.4.1.3. Les lâchés articulaires

Dès le troisième jour, Anne-Marie m'a également proposé une improvisation à partir de ce qu'elle a appelé les « lâchés articulaires ». Cette proposition m'est tout d'abord apparue très large et un peu confuse. Alors que j'avais compris « lâché » dans le sens « relâché », Anne-Marie voulait davantage voir un jeu de variations de tonicité dans le corps, entre des « lâchés » et des reprises. Ainsi, dès le premier essai, elle me précise que j'aurais pu varier les différents lâchés : retenus, repris tout de suite, bloqués, etc. Tout au long du processus, au fil des essais et des erreurs, cette notion s'est peu à peu clarifiée, Anne-Marie me mentionnant régulièrement si j'étais juste ou non.

Pour m'aider à accéder à la qualité recherchée, elle m'a, en outre, proposée d'utiliser l'« appui liquidien » et l'« appui air ». Le premier renvoie à une prise de conscience des différents liquides du corps qui se déplacent perpétuellement lorsqu'il est en mouvement. La visualisation de ces liquides qui se transvasent d'une partie du corps à une autre, me permettait de fluidifier l'articulation de mon mouvement, de lui donner une qualité « coulée ». À travers le deuxième appui, l'air, Anne-Marie me proposait de « mettre de l'air » dans mes articulations, comme un coussin gonflable. Cette indication m'a permis de découvrir une « sensation de dilatation permanente du corps comme si je devenais immense, comme si je me dilatais dans l'espace ou comme si l'espace et moi ne faisions plus qu'un » (Journal de bord *Brenda*, 29 mai 2010). Ce lâché de l'articulation permettait ainsi de développer une disponibilité articulaire. Pour reprendre les mots d'Anne-Marie, le « vide articulaire » devenait un « espace de choix » pour moi, c'est-à-dire un espace de prises de décision, ce qui augmentait ma capacité à prendre n'importe quelle direction de mouvement, à répondre à n'importe quelle impulsion du corps.

#### 4.4.1.4. Le déposé

Si j'avais à retenir un seul élément du travail réalisé avec Anne-Marie, ce serait sans aucun doute le « déposé » dans le sol. Il s'agissait pour moi du plus important défi rencontré alors que je me sentais la plupart du temps au-dessus du sol, avec une difficulté à m'ancrer. Anne-Marie me proposait différentes explorations afin que je puisse sentir le relâché du corps dans le sol, la capacité à laisser le mouvement « se déposer » sur le sol avant de continuer son chemin, voire même de fondre dans le sol avant que je m'engage dans une nouvelle proposition. Cela me demandait à chaque fois de « prendre le temps » de vivre ce relâchement, qui était étroitement rattaché pour moi à une sensation de dilatation des organes.

L'avancée lente du début du solo a été basée sur une qualité de mouvement qui met en jeu à la fois le déposé dans le sol et des engagements toniques plus ou moins élevés dans différentes parties du corps. À cette avancée lente, le port des chaussures à talons a ajouté un défi supplémentaire : en effet, les variations de tonicité devenaient un défi alors que je devais gérer en permanence un équilibre précaire sur un trajet linéaire. Ma difficulté semblait être de relâcher une partie du corps tout en gardant tonique tout le reste. À l'inverse, Anne-Marie me soulignait le risque de devenir trop relâchée, donnant une impression de nonchalance, ce qu'elle ne voulait pas dans la pièce.

Lors de la première semaine de travail, nous avons également exploré une qualité de rebonds intégrant cette idée de « déposé ». Cette proposition était et reste encore pour moi une question. En effet, alors que dans mon expérience un rebond engage, telle une balle, une utilisation du sol effective et ressortit à une dynamique du mouvement enchaîné, je percevais dans la démonstration d'Anne-Marie une pause relativement longue à chaque retour au sol, un arrêt qui en effet engageait un déposé mais semblait

également ôter toute dynamique de rebond. J'essayais de mon côté de considérer ce déposé comme un enfoncement un peu plus long du mouvement dans le sol avant de repartir, je m'efforçais d'utiliser l'« aller-vers » (voir 5.2.1.2) pour mieux repousser le sol ensuite, mais mes explorations semblaient quelque peu en décalage avec ce que je percevais chez Anne-Marie.

#### 4.4.1.5. Le déploiement du geste et la ligne de mouvement

Dès les premiers jours, ces explorations, orientées vers une attention à mes processus internes (connexions articulaires, sensation des organes, travail du lâché et du déposé), m'ont amenée à danser dans un espace proche de moi-même, autrement dit dans une amplitude relativement restreinte. Or Anne-Marie a alors introduit deux autres concepts : celui du déploiement du geste et celui de la ligne de mouvement.

Le déploiement du geste consistait, comme son nom l'indique, à déployer le geste dans l'espace, à poursuivre l'initiation première de manière à laisser advenir une forme inscrite dans l'espace. Ce déployé engageait un travail de suites articulaires se mettant en action les unes au contact des autres : un mouvement initié par le sacrum pouvait alors se poursuivre dans l'ensemble de la colonne vertébrale, résonner dans les omoplates, puis les épaules, les coudes, les poignets, les phalanges et le bouts des doigts. Ce travail, qui avait des similarités avec l'approche de Kelly, venait encore une fois interroger ma tendance à bouger de façon segmentaire. Ce déployé du corps, tel un bâillement de toutes les surfaces du corps, amenait une sensation très forte d'éveil de la peau et de tous les fascias. Cette sensation d'étirement de la peau a été particulièrement présente pour moi dans la dernière partie du solo (section avec les yeux fermés).

Le deuxième concept, la ligne du mouvement, complétait quant à lui le premier. Anne-Marie souhaitait voir jusqu'où le mouvement pouvait voyager dans mon corps et dans l'espace sans changer de direction ni intégrer de nouveau point d'initiation. Cette consigne me demandait un effort considérable d'attention afin de ne pas contrer la proposition en cours de développement et d'être, au contraire, dans un laisser-faire et une confiance de la logique articulaire. Cette ligne de mouvement permettait aussi de dynamiser mon corps dans l'espace, d'accentuer son amplitude, pouvant l'amener dans de grands déplacements ou des changements de niveaux significatifs.

#### 4.4.2. Les défis relationnels

##### 4.4.2.1. Des contraintes matérielles : les chaussures à talons et les opticluc

Anne-Marie m'a proposé, dès le début de nos recherches en studio, deux contraintes : le port de chaussures à talons, pour modifier ma relation au sol et à mes appuis, et des Opticluc<sup>TM</sup>, c'est-à-dire des pansements occlusifs pour les yeux qui m'enlevaient le sens de la vue.

Dès le troisième jour de répétition, nous avons commencé la recherche avec les talons, que j'étais allée acheter la veille en faisant bien attention d'avoir un talon suffisamment haut pour avoir une réelle sensation de changement d'appui, mais aussi suffisamment large pour me permettre, tout de même, une certaine liberté. La première exploration m'a laissée quelque peu perplexe, alors qu'Anne-Marie me donnait comme seules indications « Vas-y danse avec » et « Essaie des choses ». Pour moi, ces indications extrêmement larges laissaient la place à tout et n'importe quoi. Alors que je pouvais partir dans n'importe quelle direction, cette indication m'a au contraire complètement bloquée. Par ailleurs, dès les premiers essais, bien que mes chaussures à talons se soient avérées extrêmement stables et confortables, je me suis

rapidement rendue compte de l'exigence du travail des quadriceps demandé. En effet, j'ai très rapidement ressenti de la douleur dans les cuisses, douleur récurrente tout au long du processus et à laquelle j'ai dû m'adapter en permanence. Étant donné que mon équilibre nécessitait des ajustements toniques constants et que la douleur pouvait devenir accaparante, il était très difficile pour moi de travailler sur des relâchements musculaires, de créer des transitions fluides entre les postures, voire de les maintenir. Tout au long du processus de création, il a ainsi fallu que je trouve les moments et les positions où je pouvais détendre mes quadriceps et gérer mes tensions musculaires.

Par ailleurs, dans toute la deuxième partie de la pièce, j'avais les yeux cachés par des pansements occlusifs. Dès le premier jour de répétition, j'ai pu explorer cette contrainte majeure qui m'enlevait l'usage de la vue. Je précise alors, dans mon journal de bord, que la sensation est très différente les yeux bandés, par comparaison à les avoir simplement fermés. En effet, dans le deuxième cas, fermer les yeux est une décision personnelle et je sais que je peux les ouvrir à n'importe quel moment. Fermer les yeux devient un désir personnel, celui de se mettre en contact avec ses sensations, de se couper de l'extérieur pour pouvoir se mettre à l'écoute de ses impulsions intérieures sans se préoccuper de la forme rendue dans l'espace. En revanche, avoir les yeux bandés amène un sentiment inverse : puisque ce n'est pas une décision personnelle mais bien une contrainte imposée, puisque je ne peux pas ouvrir mes yeux quand je le désire, l'objectif devient tout autre. Il s'agit en effet de trouver toutes les stratégies possibles permettant de se connecter à l'environnement autrement que par la vue. Ainsi, au cours des différentes improvisations, le jeu devenait de danser « comme si » je n'avais pas les yeux bandés, d'investir l'espace comme je peux le faire en situation habituelle. Les sensations stimulées par cette contrainte engendraient chez moi une impression d'agrandissement de ma zone de mouvement, de ma sphère kinesthésique. J'avais l'impression d'une réelle « dilatation de moi-même », d'un étirement de ma peau, d'une sensualité et d'une



rondeur du mouvement. Dans le solo, je devais me déplacer de la chaise (à droite du plateau) au mur de sortie (à gauche). Ma sensation de l'espace devenait plus instinctive, plus intérieure, véritable changement pour moi puisque j'avais l'habitude de m'accrocher à l'espace par le regard ou les extrémités. Pour avoir conscience de ma position et de mon orientation sur la scène, je devais être à l'écoute des moindres détails de mon improvisation. Avoir accès à ces sensations devenait relativement évident dès que j'avais les yeux cachés. Par la suite, le plus difficile dans la pièce a été, à l'intérieur de ce parcours très sensible, de construire une improvisation cohérente et riche, en variant les rythmes, les dynamismes de mouvements et en proposant des motifs gestuels signifiants et réellement sentis.

#### 4.4.2.2. Ma relation à la chorégraphe : la question des affinités

Par ailleurs, au-delà de ces contraintes que j'ai appelées « matérielles », ma relation avec Anne-Marie est apparue centrale dans les défis rencontrés. Dès le début du processus, un manque d'affinités a pu être reconnu, l'affinité étant comprise comme un « rapport de conformité, de ressemblance » ou une « liaison plus ou moins sensible » (Robert, Rey-Debove et Rey, 2014) qui amène un certain accord, une certaine sympathie entre deux êtres. Dans le contexte de la création de *Brenda*, il s'agissait de faire rencontrer deux façons de danser, deux façons de penser et de parler de la danse qui paraissaient dès le début très éloignées l'une de l'autre.

Dès les premières répétitions, il était clair que ma façon de danser et mes qualités d'interprète ne présentaient pas – du moins pas directement – d'affinités avec la conception qu'avait Anne-Marie du mouvement dansé. En effet, en écoutant la définition de la danse qu'elle me donnait, j'ai réalisé que les « manques » qu'elle me faisait travailler et qu'elle voulait voir apparaître dans le solo étaient pour elle les éléments essentiels à un acte de danse : un travail mettant en jeu simultanément une

connexion tête-coccyx très mobile, le déposé du poids et le déploiement du geste dans l'espace à partir du centre.

De plus, le peu de commentaires qu'Anne-Marie a émis sur les vidéos que je lui avais envoyées (Portfolio et *Soli Waypoints* et *Dysmorphic Delicious*) me semblait également dénoter un certain malaise de sa part, installant dès la première semaine de travail des non-dits qui concernaient mes expériences passées et qui ont continué de planer durant toute la durée du processus.

De mon côté, je reconnaissais ce manque d'affinité car je me sentais toujours quelque peu décalée par rapport aux demandes d'Anne-Marie et inadéquate dans les situations proposées. Je devais soutenir une attention permanente pour accéder aux consignes qu'elle me proposait. Dès que cette attention se faisait moins présente ou que je souhaitais trouver plus de liberté personnelle dans les improvisations, je retournais à mes propres affinités de mouvement et sortais alors de la proposition demandée. La qualité du déposé et la ligne de mouvement, par exemple, étaient des défis de chaque instant, ma tendance étant davantage d'être dans un rapport à la dimension « ciel » et dans un changement perpétuel d'initiation du geste.

Je pouvais comprendre ce qu'Anne-Marie souhaitait voir advenir chez moi, mais dans les faits, cela était extrêmement ardu : y parvenir aurait nécessité une période de travail bien plus longue, étendue sur plusieurs mois, voire sur des années. Les moments de « justesse » me semblaient insaisissables et difficiles à reproduire. Lors de la discussion avec le public, j'ai mentionné que, dans ce processus particulier, j'avais le sentiment que ce n'était pas à un élément spécifique que je devais m'adapter : c'était plutôt une adaptation totale qui m'était demandée, à l'image d'un ours polaire qui se retrouverait transporté en plein milieu d'une forêt tropicale. C'était l'entière de ce que j'étais qu'il fallait transformer; ma manière de me déplacer, de

me tenir, de sentir, de voir, de goûter les choses. Rien de ce que j'étais ou de ce que je proposais ne semblait convenir réellement au travail.

Ce manque d'affinités a donné à la création de *Brenda* une exigence de tous les instants, m'amenant très rapidement à un état de fatigue et de nervosité qui est demeuré permanent. Même en dehors des répétitions, j'avais de la difficulté à me détendre et à me reposer. Enfin, il est certain que dans une logique de boucles rétroactives<sup>29</sup>, ce manque d'affinités a agi sur notre capacité à être enthousiastes ensemble, face à la création. Anne-Marie mentionnait lors de son entrevue : « Le désir, déjà le désir de travailler avec toi. J'étais pas sûre de l'avoir tous les jours pendant un mois » (Entrevue Anne-Marie, 29 juin 2010). De mon côté, j'avais du mal à ressentir une réelle stimulation artistique puisque je ne la ressentais pas chez Anne-Marie elle-même. En outre, cette question des affinités semblait dépasser le cadre de la sphère gestuelle et entrer plus largement dans celle de la communication interpersonnelle. En effet, il semble qu'un problème de compréhension mutuelle se soit très vite immiscé entre nous. Ainsi, lors de son entretien, Anne-Marie décrivait ce qu'elle aimait dans la relation chorégraphe/interprète en général :

Il y a une espèce de convergence comme ça, et d'excitation aussi. C'est-à-dire, moi, je suis complètement fascinée quand je vois naître sur le corps de quelqu'un, d'un interprète ou quelqu'un d'autre, tout d'un coup quelque chose de nouveau. Qui est pas nouveau parce que ça appartient à l'interprète, mais tout d'un coup, quelque chose qui apparaît, que je n'avais pas vu avant. Pour moi, c'est quelque chose de l'ordre de la délectation, quoi. Y'a un truc qui en moi jubile. Tout comme chez l'interprète, cette chose-là peut-être fragile, peut-être pas posée encore.

---

<sup>29</sup> « Ce que nous voulons souligner, c'est qu'on peut considérer comme des boucles de rétroaction les divers systèmes interpersonnels, groupes d'étrangers sans liens entre eux, couples, familles, relations psychothérapeutiques et même relations internationales puisque le comportement de l'un affecte le comportement de l'autre et est affecté par lui » (Watzlawick, Beavin Bavelas et Jackson Don, 1972, p. 26).

Mais elle est pressentie, elle est sentie. Et elle va peut-être pas amener de la jubilation mais elle va amener dans tous les cas de l'excitation, [...] ça c'est l'endroit que j'aime de la relation à l'autre par rapport à la relation chorégraphe-interprète. (Entrevue Anne-Marie, 29 juin 2010)

Il apparaît clairement que, dans notre situation, je n'ai pas été en mesure de reconnaître chez elle ces moments de « jubilation » ou de « délectation », comme elle n'a pas su, de son côté, lire mon plaisir éprouvé à certaines découvertes personnelles, mon énergie impulsive et fouguese lui ayant davantage donné l'impression que j'entrais en studio comme on entre « au combat » (entrevue Anne-Marie, 29 juin 2010). Ainsi, tout au long du processus, plusieurs défis de taille sont apparus, me demandant une adaptation permanente afin d'accéder à l'univers d'Anne-Marie, de comprendre son mode de travail et également de saisir, au-delà de nos manques d'affinités personnelles, sa définition très précise de la « danse » et de mon rôle dans le processus de création de *Brenda*.

#### 4.4.2.3. Un processus didactique

Contrairement au deux premiers processus de création vécus avec Kelly et George, le contexte de la recherche doctorale semble avoir influencé l'aventure vécue avec Anne-Marie en lui donnant une orientation davantage didactique. En effet, avant son arrivée à Montréal, Anne-Marie avait lu un résumé de mon projet doctoral et avait visionné les captations vidéo des soli *Waypoints* et *Dysmorphic Delicious*. Bien que je lui aie mentionné le fait qu'elle pouvait se détacher de ce contexte (le travail de la relation gravitaire allant émerger de toute façon de lui-même dans le travail de création), son intérêt pour le sujet et le cadre de travail a orienté d'une manière déterminante son approche de la création. Elle mentionnait ainsi son désir de me faire voyager dans des qualités de mouvements qui correspondaient à l'idée qu'elle se faisait de la question gravitaire mais qui étaient absents dans mes deux premiers soli :

J'avais un désir, une ligne, une petite idée comme ça, une directive, une perche un peu, un fil qui s'était tendu en regardant les deux précédents soli que tu avais faits. Et en lisant ce que tu m'avais envoyé sur la thématique de ta thèse, et l'idée que moi, je me faisais de ta thématique [...] J'ai eu envie, après le regard de ça [des vidéos], de te faire travailler dans le lent. La lenteur dans le mouvement m'a intéressée. Et puis une autre façon d'aller au sol. C'est-à-dire, une qualité de sol, juste une autre qualité de sol. Une autre qualité de descente. C'est ce que je voyais. Ce que j'avais vu à l'image. (Entrevue Anne-Marie, 29 juin 2010)

Anne-Marie a aussi précisé le fait qu'elle n'a pas pu se détacher du contexte universitaire, de la commande, et que cela a remis en question son désir de création, son désir de venir travailler, jour après jour :

J'ai trouvé le contexte très carré pour moi. Je savais que j'étais dans une université. J'ai trouvé quelque chose de très universitaire dans la proposition. Mais en même temps, ce n'est pas gênant. Je me suis juste dit, est-ce que tous les matins je vais avoir envie d'aller dans ce studio? (Entrevue Anne-Marie, 29 juin 2010)

De mon côté, j'ai très rapidement ressenti sa relation à la création comme répondant à un nécessaire exercice, à une recherche particulière. Je le mentionne d'ailleurs régulièrement dans mon journal de bord et à plusieurs reprises dans mon entretien avec Diane Leduc : « J'ai vraiment l'impression qu'elle ramène toujours ça à un processus doctoral et on n'arrive pas à s'en détacher. On n'arrive pas à vivre un processus de création » (Entretien 3 avec Diane, 7 juin 2010). J'ai ainsi ressenti un encadrement beaucoup plus didactique de la part d'Anne-Marie : son désir de me faire découvrir de nouvelles avenues de mouvements m'apparaissait non pas comme un élément pouvant éventuellement émerger du processus de création, mais comme un objectif de la création en soi. L'enjeu premier du processus de création n'était plus une œuvre pour elle-même mais mon propre développement artistique, plus spécialement l'exploration de mes zones de mouvements manquantes. J'ai senti que,



dans la relation qui se nouait entre nous, ma place était celle de l'élève devant son professeur, ce qui m'a empêché de me plonger librement dans le travail proposé.

Par ailleurs, le sentiment que j'avais d'être dans un cours d'interprétation ou un exercice plutôt que dans un processus créatif semble tenir au fait que, comme je l'ai déjà indiqué, je savais que dans *Brenda*, Anne-Marie réutilisait des éléments de ses pièces précédentes (*L'Angélique* pour les talons et *La stratégie de la taupe* pour les yeux fermés). J'avais par conséquent l'impression de revisiter des pièces de son répertoire plutôt qu'être dans une recherche commune avec elle. Anne-Marie y faisait au demeurant référence dans les remerciements du programme : « Merci à Johanna d'incarner et raviver à travers ce solo des temps forts de ma vie d'artiste ». Il s'agissait en effet pour elle de faire revivre des pièces réalisées en 1992 et en 2000. Je me confiais ainsi à Diane : « J'ai vraiment l'impression d'être dans un cours d'interprétation. Je n'ai pas l'impression qu'on est en train, ensemble, de construire, de créer une pièce. Je n'ai pas l'excitation que j'avais avec Kelly et George » (Entrevue 3 avec Diane, 7 juin 2010). J'ai aussi précisé ma difficulté à vivre une réelle stimulation artistique, hormis lors de la séquence de la chaise – qui apparaît justement être un des seuls moments où je ressentais également chez Anne-Marie le plaisir de la création –, un élément qu'elle n'avait pas exploré avant.

Il est à noter que, dans cette analyse, il est question de mon propre ressenti quant aux diverses situations vécues. Car de son côté, Anne-Marie, bien que reconnaissant se sentir coincée dans un processus doctoral, affirmait ceci lors de son entrevue :

Tout ce que je fais aujourd'hui, et je le dis vraiment sincèrement, tout ce que je mets en jeu au niveau de la danse et de la mise en jeu de la danse, pour moi participe à mon chemin de création. C'est-à-dire, qu'il y a pas d'un côté une chose et de l'autre une autre. Le simple fait que je sois là, en face de quelqu'un qui danse, qui cherche, fait que je suis dans ma création, je suis dans mon processus de création. Même si l'objet n'est

pas un objet que j'ai pensé de A à Z, que je vais tourner. (Entrevue Anne-Marie, 29 juin 2010)

Ainsi, encore une fois, un certain malentendu semble s'être installé entre ce que je ressentais et la vision de la chorégraphe, suscitant certainement, encore une fois, une difficulté à trouver ma place dans ce projet et à m'adapter à la proposition.

#### 4.4.2.4. Une relation hiérarchisée

Dès la première rencontre avec Anne-Marie, j'ai eu le sentiment très clair de me trouver en face d'une femme d'expérience, sûre d'elle-même et de son parcours. Désirant me plonger dans son univers, je me suis tout de suite mise à son écoute. L'aspect didactique du processus, comme vu précédemment, a rapidement pris le pas dans la création et a, à ce titre, installé une hiérarchie très nette dans notre relation, dépassant même le cadre des répétitions. Diane mentionnait ainsi lors de mon entretien :

Avec Kelly, tu me parlais du corps tout le temps. Tout le temps du corps. Tu ne parlais pas de toi comme interprète. Tu parlais du corps, qui n'arrivait pas à faire. Donc un corps différent, un corps qui ne bouge pas de la même manière que Kelly. Là, ce n'est pas de ça que tu me parles. Tu ne me parles pas beaucoup du corps, tu me parles d'une relation. (Entrevue 3 avec Diane, 7 juin 2010)

En effet, au-delà de l'acquisition de nouvelles qualités de mouvement, la relation avec Anne-Marie, et la direction pédagogique qu'elle prenait, est apparue au cœur de mes tentatives d'adaptation. Je ressentais Anne-Marie tel un maître désirant me transmettre sa vision de la danse. Lors d'une discussion au cours de la troisième semaine de répétition, alors que je lui mentionnais mes difficultés, mes craintes et le contenu de mon entrevue avec Diane, elle m'expliquait que mes difficultés

provenaient de l'exigence de son travail, de sa longue expérience de chorégraphe, contrairement aux processus que j'avais pu vivre précédemment, et qui avaient eu lieu avec des chorégraphes qu'elle pensait bien plus jeunes et donc moins expérimentés qu'elle. Paradoxalement, lorsque je lui témoignais mon sentiment d'être approchée comme une étudiante dans ce projet, il me semblait qu'Anne-Marie n'était pas en accord :

AM me demande ce qui s'est dit avec Diane. Je lui en parle (de toute façon elle le saura bien si je l'écris dans ma thèse). Elle a réponse à tout. Écoute sans réellement m'entendre. Elle dénigre le travail réalisé avec George et Kelly. Elle a plus d'expérience, plus d'exigence (le fait qu'il y ait de l'improvisation me laisse plus de place comme interprète donc vient me chercher plus). Elle me précise qu'on ne sera jamais des amies (je le sais ce n'est pas la question!). Quand je lui parle de l'absence de base pour m'adapter, elle ne comprend pas : je ne peux pas lui dire en face que je ne sens pas qu'elle me reconnaît comme danseuse. Ce n'est pas palpable, c'est un sentiment diffus, la manière dont elle me parle en général, un problème de confiance mutuelle. Quand je lui dis que j'ai l'impression d'être une étudiante, de faire un exercice, elle dénigre ce que je pense, ce que je vis. [...] Elle me dit que je dois être en colère contre elle : je fonds en larmes. Je m'en veux, j'ai honte mais ça me libère aussi. (Journal de bord *Brenda*, 8 juin 2010)

Ce dénigrement de mes expériences passées et la mise en avant de son professionnalisme démontraient clairement la dynamique de cette relation. Il s'agissait d'un véritable retour de situation face à l'émancipation que j'avais pu expérimenter avec George. Alors que, tout au long du processus, je souhaitais me positionner comme une artiste professionnelle, je revenais malgré moi à un complexe de bonne élève, ayant l'impression d'avoir quinze ans, ce qui me mettait dans une position inconfortable et créait des tensions et des barrages à mon adaptation au matériel proposé. J'avais un sentiment de surveillance permanente, de perte d'autonomie et d'infantilisation déclenchant des résistances et divers sentiments : colère, tristesse, doute, abattement, dévalorisation. Un exemple tiré de mon journal de

bord illustre ma frustration face aux commentaires d'Anne-Marie et, de manière plus essentielle, mon sentiment de surveillance :

Stressée après la répétition d'hier, j'arrive plus tôt pour prendre le temps de m'échauffer. J'écoute la musique de *Brenda* en boucle et je repasse la section du début pour la mémoire et essaie d'autres stratégies : ne pas passer par l'articulaire en 1<sup>er</sup> mais par le poids/dilatation des organes du petit bassin. Quand Anne-Marie arrive, elle me dit de ne pas oublier les articulations liquides : sinon devient trop « slack » et mou, nonchalant. Cette réflexion m'énerve car j'essayais de nouvelles choses pour y arriver et c'est par étape : Anne-Marie veut encore aller trop vite ou c'est mon impression intérieure : ce n'est pas encore bon, je me frustre, je n'ai pas confiance en moi, je n'y arriverai jamais : « Mêmes mes stratégies sont bidons ». (Journal de bord *Brenda*, 1<sup>er</sup> juin 2010)

Ce sentiment de surveillance me conduisait à me dévaloriser et engendrait un stress sur ma performance et mes capacités d'interprète. Il semblait en outre dépasser le cadre des répétitions. En effet, au cours de la troisième semaine, alors que je prenais, assise sur les marches de l'Agora, une pause entre une présentation du travail de George à des diffuseurs et notre répétition de l'après-midi, Anne-Marie est arrivée et m'a signalé d'entrée de jeu que je n'étais pas « déposée » cette journée-là. Ce commentaire, ajouté au reste du processus, renforçait mon sentiment d'être observée, analysée et jugée en permanence, même en dehors du cadre des répétitions. De nature extrêmement volontaire et exigeante envers moi-même, j'ai été amenée par ce processus à être dans une critique permanente de moi-même, dans une autoévaluation et un jugement de ma performance, m'empêchant de faire confiance au mouvement et à me laisser aller dans les improvisations. En outre, ce qui se jouait entre Anne-Marie et moi-même dépassait bien la sphère professionnelle. Elle me donnait des conseils sur ce que je devais boire en répétition pour me réhydrater, comment m'étirer. J'ai ainsi ressenti une certaine infantilisation et encore une fois, une position d'apprentissage scolaire.

#### 4.4.3. Les enjeux psychologiques

##### 4.4.3.1. La confusion de mon rôle d'interprète et la validation de mon expérience

Au-delà de la question du manque d'affinités, une certaine tension est rapidement apparue chez moi, mon rôle dans le travail de création me paraissant quelque peu confus et nécessitant des réadaptations permanentes. En effet, il me semblait exister chez Anne-Marie un écart toujours plus présent entre, d'une part, son discours, très ouvert sur le processus de découverte de la création, et le fait qu'elle n'avait pas d'attentes particulières sur ce qui allait advenir, et d'autre part, sa conception très précise du geste dansé. Elle était très précise, dans ses indications, sur ce qu'elle aimait voir advenir chez un danseur. Même si, dans son discours, elle stipulait qu'elle n'avait pas d'attentes particulières, je me sentais extrêmement encadrée, dirigée. Diane Leduc, qui a assisté à une partie de la répétition le jour de mon entrevue, semblait confirmer le bien-fondé de mon ressenti en affirmant, dès le début de notre rencontre : « Il y a quelque chose de beaucoup plus encadré [...] C'est quelqu'un qui te dirige beaucoup » (Entrevue 3 avec Diane, 7 juin 2010). Si Anne-Marie n'avait pas d'objectif particulier, elle savait en tout cas ce qu'elle ne voulait pas. Selon la classification des rôles de l'interprète de Newell (2007), je me trouvais dans une position où mon rôle n'était pas toujours évident à saisir. D'un côté, il me semblait qu'Anne-Marie me proposait un rôle d'« improvisatrice »<sup>30</sup>, le processus étant basé sur mon cheminement dans des explorations et des improvisations structurant la pièce. Anne-Marie me précisait ainsi, au cours de la discussion avec le public : « je n'ai fait que questionner ton intériorité ». Au début du processus, l'approche d'Anne-

---

<sup>30</sup> « Enfin, "l'improvisateur" se trouve à l'autre extrémité du continuum, éloigné de l'"exécutant", et profite d'une relation de travail prétendument non hiérarchique avec ses collègues (Benoit, 1997; Novack, 1990). Privilégiant la composition instantanée, l'"improvisateur" cumule les fonctions de chorégraphe et de danseur. Créateur sur le vif, il incarne l'œuvre totalement. » (Newell et Fortin, 2008, p. 91)



Marie, basée sur des improvisations et sur des explorations inspirées, entre autres, du Body-Mind Centering, m'avait donné lieu de croire qu'une grande place me serait laissée dans le processus créatif et dans l'expression de ce que je pourrais découvrir de moi-même, me permettant de réellement m'affirmer comme « sujet ». D'un autre côté, tout au long du mois de travail, je me suis sentie, le plus souvent, à l'autre extrémité de ce continuum, telle une « exécutante » (Newell et Fortin, 2008) devant intégrer non pas une série de mouvements totalement écrits, mais des qualités de mouvements extrêmement précises, et plus largement une manière de concevoir le mouvement dansé qui était très spécifique et dans laquelle ma propre approche du mouvement n'avait pas réellement sa place. Dans ce sens, je me suis sentie la plupart du temps « objet » de la création, et non sujet. Il ne s'agit pas ici de juger telle ou telle approche. Au cours de ma carrière, j'ai eu l'occasion de me retrouver à jouer différents rôles en tant qu'interprète, trouvant du plaisir dans les quatre rôles décrits par Newell et Fortin (2008). Ce qui rendait la situation difficile pour moi dans le processus vécu avec Anne-Marie était mon incapacité à saisir où je pouvais me situer dans ce continuum et la difficulté à faire cohabiter deux rôles à l'opposé l'un de l'autre. Mon adaptation devenait alors un jeu de repositionnement permanent : je ne savais pas réellement sur quel pied danser!

Par ailleurs, ma difficulté à m'adapter à ce travail semblait relever de mon incapacité à situer mes progrès dans le contexte de la création. Je me sentais perdue entre l'expérience de nouvelles sensations, ma quête de justesse et le regard d'Anne-Marie. Or, dans le processus de *Brenda*, mes sensations n'étaient que des informations mineures sur mon expérience, celle-ci étant toujours remise en question par ce qu'Anne-Marie avait perçu. Lorsque je partageais avec elle des découvertes qui semblaient importantes pour moi, il m'était davantage mentionné ce que j'oubliais de dire, ce qu'il manquait, plutôt que d'accueillir l'évènement de ma découverte. De plus, dans les deux dernières semaines de création, Anne-Marie ne s'est montrée

réellement satisfaite du résultat qu'à deux reprises, ces résultats n'étant pas de l'ordre d'une évolution générale, mais portant plutôt sur des improvisations particulières dans lesquelles avait émergé une justesse dans le temps et une certaine qualité gestuelle. Nous revenions alors perpétuellement à ces quelques moments pour tenter de les retrouver, de les faire revivre. J'avais l'impression d'avoir obtenu ces improvisations réussies par chance et non par travail incorporé, puisque que je n'arrivais jamais à les reproduire. Enfin, Anne-Marie n'a jamais émis un commentaire me permettant de déduire qu'elle était satisfaite du travail accompli. J'ai par conséquent cru avoir stagné, avoir fait du sur place pendant un mois, de sorte qu'après la présentation finale de la pièce devant public, j'ai été extrêmement surprise de recevoir les commentaires des spectateurs qui venaient souligner la justesse de ma performance et de mon interprétation. Cet écart entre mon vécu du processus et ces commentaires m'ont énormément étonnée. Tout s'est donc passé comme si mon processus d'adaptation n'avait pu être conscientisé parce que cette absence de validation de mon vécu, de mes progrès, aussi infimes qu'ils soient, avait engendré un stress permanent pour moi en répétition. L'absence de confiance, l'exigence et l'encadrement extrêmement serré ressentis en studio provoquaient chez moi une attitude d'autocensure permanente et un état de nervosité qui, au contraire de m'aider à lâcher prise et à accepter mes difficultés, ont créé davantage de tensions et de blocages. Plus je devais lâcher prise, moins j'en étais capable et plus la situation devenait tendue. J'avais ainsi l'impression d'avoir toujours quelque chose à prouver, ce qui a très clairement engendré des obstacles à mon processus d'adaptation.

#### 4.4.3.2. Remise en question et recherche d'indépendance

Les angoisses et les doutes vécus lors de ce processus de création m'ont amenée à me remettre en question profondément. En effet, pourquoi avais-je tant besoin de la validation de mon expérience par le chorégraphe? Pourquoi ne pouvais-je pas trouver

de plaisir à la création si je n'en voyais pas chez le chorégraphe? Était-ce un manque total de confiance en moi ou, au contraire, une estime de moi-même bien trop élevée? Je me culpabilisais de mes erreurs, de mes malaises. Je me sentais seule à me débattre dans mes questionnements.

Suite à l'entretien avec Diane, j'ai partagé mes questionnements avec Anne-Marie. Elle pensait que je donnais trop d'importance à tout ce que je vivais, que je mettais trop d'enjeux dans ce processus, que je devais apprendre à trouver la légèreté, l'insouciance, le jeu, le plaisir. Pour elle, je me posais trop de questions, comme elle a pu le répéter plus tard, au cours de son entretien : « Ce n'est pas ton corps qui ne va pas, c'est ta tête » (Entrevue Anne-Marie, 29 juin 2010). Elle m'invoquait la nécessité de lâcher prise, mes interrogations personnelles lui apparaissant certainement disproportionnées par rapport à ce qu'elle me proposait.

Or son détachement me rendait encore plus perplexe, voire en colère, puisqu'elle m'invitait à vivre un processus de création introspectif dont elle paraissait pour sa part totalement éloignée. D'un côté, elle me proposait une recherche « questionnant mon intériorité »; d'un autre, elle ne souhaitait pas réellement entrer dans mon processus personnel (ou semblait le critiquer). Celui-ci semblait pourtant devoir être la base de la création. Je ressentais une tension très forte entre mon désir de plonger dans la matière proposée et ma réticence à accepter les moyens mis en œuvre pour y accéder. Il y avait pour moi ici une contradiction : comment engager un travail somatique d'introspection avec un interprète en l'objectivant? Comment croire que l'émergence de nouveaux schémas moteurs ne viendrait pas, en retour, remettre la personne en cause, dans son entier? Dépassant la simple sphère professionnelle, ce processus était en effet devenu une réelle introspection personnelle amenant une profonde période de crise. Lors de la quatrième semaine de travail, je me suis ainsi retrouvée dans un état d'épuisement nerveux :

Je rentre chez moi dans un état de stress intense. Sentiment désagréable au niveau du plexus solaire, estomac. Angoisse. Malaise. Difficile à expliquer une cause exacte : ensemble de choses, de peurs, de frustrations. (Journal de bord *Brenda*, 7 juin 2010)

J'arrive stressée. Matinée difficile. Angoisse. J'ai pris un bain pour me calmer. (Journal de bord *Brenda*, 8 juin 2010)

Pas de journal les derniers jours 9, 10 et 11.... Très vulnérable, fragile, à fleur de peau. Je pleure très souvent. Je me sens vidée. (Journal de bord *Brenda*, 12 juin 2010)

À la suite de cette discussion avec Anne-Marie, un changement est toutefois survenu. Je me rendais compte que pour effectivement lâcher prise dans cette situation particulière, je devais lâcher prise sur ma relation même avec elle et sur mes attentes à son égard. De toute évidence, nous avons deux manières très différentes de vivre ce processus et cela semblait m'avoir trop éloignée de l'œuvre même, de la création en tant que telle. Ainsi, j'ai décidé, lors des trois derniers jours de travail restant, de me détacher un tant soit peu de notre relation pour revenir à mon travail d'interprète, à ma relation à la pièce : « J'ai besoin de me positionner, de trouver ma place dans le solo, de me libérer d'Anne-Marie. Je ne lui parle d'ailleurs presque plus. J'essaie d'être autonome » (Journal de bord *Brenda*, 12 juin 2010). En effet, suite à ce repositionnement, j'ai enfin eu le sentiment que mon appropriation du solo pouvait commencer, qu'il m'appartenait et qu'il serait ce qu'il serait, quand bien même j'étais encore très loin de correspondre à un idéal extérieur. Cette décision correspondait pour moi à un lâcher-prise : acceptation de qui j'étais en dehors du regard de l'autre, perspective plus accueillante de mon expérience, et acceptation, aussi, d'une conception de la création étrangère à la forme de collaboration, d'échange, que j'avais connue – et appréciée – avec George.



#### 4.4.3.3. L'émergence du sens de l'expérience dans l'œuvre

En me détachant du regard d'Anne-Marie, d'autres questions sont devenues centrales dans mon incorporation : qu'est-ce que le solo *Brenda* signifie pour moi? Quel est le sens de cette œuvre dans mon expérience, dans mon parcours? Qui est cette femme? Quel est son trajet, son histoire? J'associais mon état émotif à ce personnage de Brenda que je voyais enfin émerger, lessivée, quelque fois forte mais surtout vulnérable, fragile, à fleur de peau, parfois muette, aveugle la majeure partie du temps, ne pouvant voir la réalité que par l'acceptation d'une confiance vacillante mais retrouvée. Suivre ses élans. Suivre sa trace. Je rentrais sur scène dégoulinante d'eau, littéralement parlant puisque Anne-Marie, lors de la dernière semaine, me proposa de m'immerger dans l'eau avant le début du solo (j'entrais alors dans une douche avec mon costume une minute avant la performance). J'avais ainsi l'impression d'avoir traversé une tempête, une averse, et je dansais avec la sensation des gouttes d'eau qui coulaient sur mon visage, sur mes bras, sur mes jambes. Mon travail des dernières semaines prenait alors sens dans le contexte de l'œuvre même, me libérant de ma nécessaire transformation pour entrer dans une conception précise du mouvement dansé. Cette relation à l'œuvre était ce qu'il me manquait depuis le début du processus de création. Alors que le fait de devoir correspondre à un certain idéal rendait pour moi la transformation demandée difficile, la relation à l'œuvre et sa nécessité m'ont permis un plongeon immédiat dans la matière chorégraphique. Je sentais que je pouvais m'approprier la pièce, faire des erreurs, ne pas absolument suivre la règle. Le jour de la performance, j'étais encore triste, avec une grande sensation d'épuisement psychique mais également le soulagement personnel d'être passée à travers cette épreuve. Je suis entrée sur scène avec une grande sensation de vide intérieur et une certaine acceptation de tout ce qui pourrait arriver sur scène. J'étais concentrée, quelque peu tremblante dans la première partie de la pièce sur les talons, mais disposée à jouer avec cette sensation extrême d'instabilité et de vulnérabilité. En décidant de m'approprier le solo *Brenda*, je me laissais la liberté de



danser mon état, mon histoire et ma transformation dans ce processus : je dansais ma résignation, ma tristesse, mon calme après la tempête, mon envie de pleurer mais aussi celle d'assumer une présence, même fragile. Je quittais mon rôle d'exécutante pour m'approprier celui d'interprète dans le sens où l'entendent Newell et Fortin (2008) :

L'« interprète » se caractérise par son rôle de médium entre le chorégraphe et le public, il occupe une place d'« entre-deux » (Huyn-Montassier, 1992). On lui accorde une plus grande liberté pour interpréter le sens de la gestuelle générée par le chorégraphe et, ce faisant, il a également plus de liberté dans son exécution. Diverses dualités ponctuent son travail. Par exemple, la division qu'il peut ressentir entre la directive du chorégraphe, qu'elle soit physique ou verbale, et sa sensation corporelle, encore celle se trouvant entre son corps de danseur comme personne et son corps comme matériel artistique (Bossati, 1992; Fraleigh, 1987; Lamirande, 2003). (p. 91)

Je sentais que j'apportais une contribution très personnelle à l'œuvre, suivant mon état du moment, tout en poursuivant une recherche gestuelle proposée depuis le début du processus. Je pouvais percevoir cet écart entre les directives de la chorégraphe et ce que j'en faisais, un écart entre mes sensations internes, ma proposition artistique et l'idée que je pouvais avoir de ce solo.

#### 4.4.4. Les enjeux créatifs

##### 4.4.4.1. La relation gravitaire ou l'espace horizontal de la relation

Le solo *Brenda* s'est imposé de lui-même comme une traversée, un trajet à parcourir dans l'espace de la scène mais aussi dans l'espace symbolique de notre processus créatif. Un espace de rencontre difficile à franchir, toujours à redéfinir, un passage nécessaire. Mon trajet personnel aussi : celui de mon parcours d'interprète devant

traverser les différentes étapes d'une transformation souhaitée. Anne-Marie mentionnait justement dans son entretien : « cette pièce parle du chemin à faire » (Entrevue Anne-Marie, 29 juin 2010). Scénographiquement et chorégraphiquement, au-delà de l'espace vertical créé par les lignes tracées au sol et au-dessus de moi<sup>31</sup>, ou encore par l'élévation des talons, c'est un espace horizontal qui semble avoir orienté ma relation à la gravité. De la performance finale, je garde en effet le souvenir d'une sensation de grande ouverture, plus particulièrement au niveau de la ceinture scapulaire, dans la relation sternum/omoplates/bras, ainsi que celui d'une grande sensibilité au niveau des extrémités et de la peau. Mon expérience émotive de cette pièce et le travail réalisé avec Anne-Marie m'ont amenée à développer une corporéité tout en volume, largement influencée par la tridimensionnalité de la respiration et de la dilatation des organes. Je me sentais investie dans un espace horizontal, un espace à traverser ; je me sentais non seulement m'enfoncer dans le sol mais aussi m'étaler, m'élargir, comme une goutte d'eau se répandant sur le plancher. Je sentais alors que tout le travail effectué sur le déposé du poids m'avait véritablement amenée hors de ma relation à la gravité habituelle et m'avait demandé un réajustement profond de mes appuis pour investir le geste et l'espace. J'associais ce changement d'appuis à l'expérience de vide que j'avais vécu, ayant l'impression d'avoir perdu tout repère et tout support. La dimension « ciel » se développait alors, mais à travers des suspensions provenant d'inspirations profondes, d'un agrandissement et d'un élargissement de moi-même. Je retournais à la base du travail réalisé au cours de la première semaine avec une sensation accrue du volume intérieur et de ma relation avec l'espace environnant.

---

<sup>31</sup> De longues bandes de ruban adhésif blanc étaient collées au sol, dessinant mon trajet dans la pièce. Parallèles à ces lignes, des élastiques blancs étaient tendus de part et d'autre de l'espace scénique, à un mètre environ au-dessus de moi.

Le jour de la représentation, une spectatrice, m'ayant déjà vue en spectacle plusieurs fois auparavant, faisait observer que l'ouverture de mon sternum était une nouveauté chez moi. Je me sentais en effet dans un jeu perpétuel d'ouverture et de fermeture du corps à partir de mon axe respiratoire, la peau jouant ici le rôle d'une surface poreuse laissant circuler les énergies entre moi et l'espace.

Je me sentais en affinité avec le concept de *Shaping*<sup>32</sup> développé par Laban, et plus particulièrement avec les actions de *Spreading*<sup>33</sup> et d'*Enclosing*<sup>34</sup>. Il est intéressant de noter ici que le *Shape* est associé à la question du *pourquoi* du geste, questionnant son implication expressive et émotive. Le sternum est également souvent considéré comme un centre émotionnel puissant puisque relié à la respiration.

Aussi une question essentielle semble devoir être posée ici : est-ce le travail somatique spécifique proposé par Anne-Marie qui a engendré un état émotionnel si exacerbé, ou est-ce mon état émotif suscité par notre relation qui a déterminé mon accession à certains états de corps ? Ma tendance serait de répondre : un mélange des deux, puisqu'il me semble extrêmement difficile de dissocier ici mon évolution physique et mon parcours émotif dans la création. En effet, accéder à des schémas gestuels totalement éloignés de mes habitudes a certainement occasionné des insécurités, des déséquilibres et des peurs liées à la découverte de l'inconnu et à la confrontation de mes propres difficultés. Par ailleurs, la relation difficile avec Anne-Marie a également provoqué chez moi des réactions physiques très fortes, une

---

<sup>32</sup> *Shaping* : « Attitude à l'égard des transformations de forme dans notre corps, en fonction de la motivation et du lieu de ces changements : motivations internes ou auto-centrées, motivations extérieures ou orientées vers l'environnement » (Cottin et Loureiro, 2012, p. 20).

<sup>33</sup> *Spreading* peut être traduit par le verbe « s'ouvrir » au gérondif : « en s'ouvrant » (Cottin et Loureiro, 2012, p. 35).

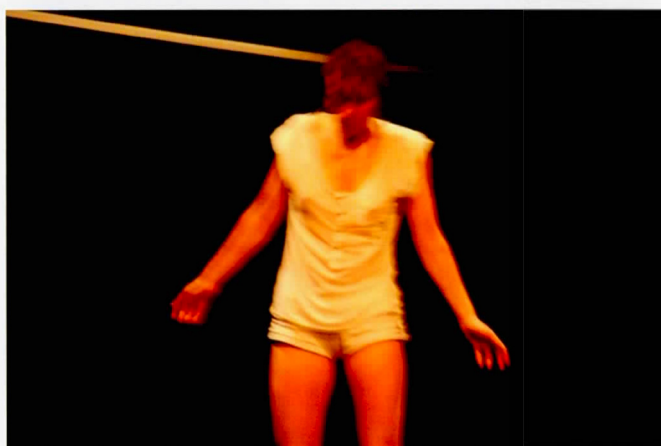
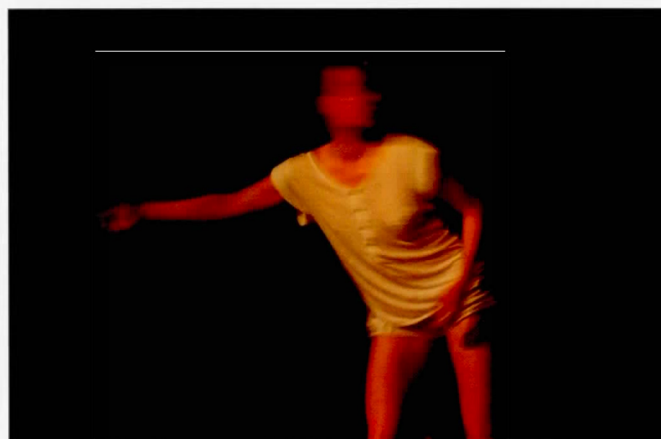
<sup>34</sup> *Enclosing* peut être traduit par le verbe « se fermer » au gérondif : « en se fermant » (Cottin et Loureiro, 2012, p. 35).

sensation de vibration intérieure intense et de grandes variations et nuances de tonicité, entre abattement, manque d'énergie et volonté extrême. Dans tous les cas, mon incorporation de la matière semblait pouvoir enfin commencer à avoir lieu du moment où je lui donnais un sens personnel et que j'acceptais de reconnaître à la fois les instances physiques et les instances psychiques qui me traversaient. Je cessais de regarder *Brenda* de l'extérieur et commençais enfin à m'approcher d'elle pour mieux la toucher et la saisir.

Paul Valéry (1938), dans son ouvrage sur l'architecture, *Eupalinos ou l'architecte*, crée des liens entre dimensions, plans et anatomie du corps. Il spécifie que le plan horizontal renvoie à la relation avec les autres, à la sociabilité et à la rondeur, faisant écho à mon expérience dans le solo *Brenda* : figure solitaire, abandonnée, désolée, recherchant désespérément l'autre en elle-même mais aussi autour d'elle.

*Chercher l'autre dans le vide. Un besoin éperdu d'un peu de douceur.*

**Figures 6.1-6.2 Photographies de *Brenda***






(Crédits : Adel Tahar)



#### 4.5. Synthèse des résultats

L'analyse des résultats m'a permis de relever les éléments significatifs de mon expérience tout au long des trois processus de création et, à travers eux, de dégager les défis et les enjeux de mon adaptation. Chaque situation rencontrée a permis de mettre en lumière une variété de possibles de la création, possibles reliés à un contexte et à des gens uniques. Kelly m'a amenée sur le terrain de la décomposition du geste et de sa compréhension dynamique, anatomique et fonctionnelle, dans une expérience du déséquilibre permanent, des tangentes, des lignes obliques et spirales. Ma relation à Kelly a ouvert la voie à une focalisation sur la technicité du travail gestuel et à l'émergence d'une crise personnelle rattachée à mon impossibilité d'accéder exactement à la physicalité recherchée, la chorégraphe devenant un véritable modèle pour moi. George, de son côté, s'est intéressé davantage à la composition performative et structurelle de l'œuvre même, soucieux d'offrir un propos pertinent à un contexte culturel et social. Cette réflexivité en action, associée à une relation horizontale entre le chorégraphe et moi-même, m'a permis d'accéder à l'expérience d'une verticalité corporelle assumée et de valoriser mon positionnement d'interprète capable de faire des choix. Enfin, Anne-Marie m'a invitée à entrer, à partir d'improvisations dirigées, dans une expérience somatique raffinée tout en me guidant dans une conception du geste dansé extrêmement précise et rigoureuse. Associé aux tensions reliées à une relation hiérarchique difficile, ce travail gestuel m'a conduite à vivre une expérience somatique de l'horizontalité qui était très forte et empreinte d'une grande émotivité, ouvrant ma ceinture scapulaire et créant une porosité entre mon espace intérieur, ma peau et l'espace environnant. Tour à tour interprète, collaboratrice, improvisatrice, exécutante, ma place au cœur même de chaque création a définitivement été fluctuante et nuancée. Afin de témoigner de ce parcours pluriel et des spécificités relatives à chaque processus de création, j'ai réalisé un tableau récapitulatif, présenté ci-dessous.

**Tableau 3**  
Tableau synthèse des résultats de l'étude

	<u>Waypoints – Kelly Keenan</u>	<u>Dysmorphic Delicious – George Stamos</u>	<u>Brenda – Anne-Marie Pascoli</u>
Relation à la gravité (à travers ma relation à l'espace)	 Expérience du <b>déséquilibre</b> permanent Lignes obliques, tangentes, spirales Entre la chute et le redressement perpétuels	 Expérience de la <b>verticalité</b> assumée Directions et orientations de la stature debout.	 Expérience de l' <b>horizontalité</b> Élargissement de moi-même Porosité entre mon enveloppe corporelle et l'espace
Tonicité	<b>Tonicité relâchée</b> Danse du squelette	<b>Tonicité vigilante</b> , toujours prête à réagir	<b>Tonicité dilatée</b> Contraction soutenue et continue
Lieux de conscientisation	Sternum et bassin	Relation tête-coccyx	Ceinture scapulaire et sternum
Relation aux chorégraphes	<b>Relation de collaboration</b> mais référence au modèle	<b>Relation horizontale</b>	<b>Relation verticale</b> hiérarchique
Relation aux œuvres	<b>Rôle d'interprète</b>	<b>Rôle de collaboratrice</b>	<b>Rôle d'improvisatrice et d'exécutante</b>
Point focal de l'expérience	<b>Technicité</b>	<b>Réflexivité</b>	<b>Émotivité</b>

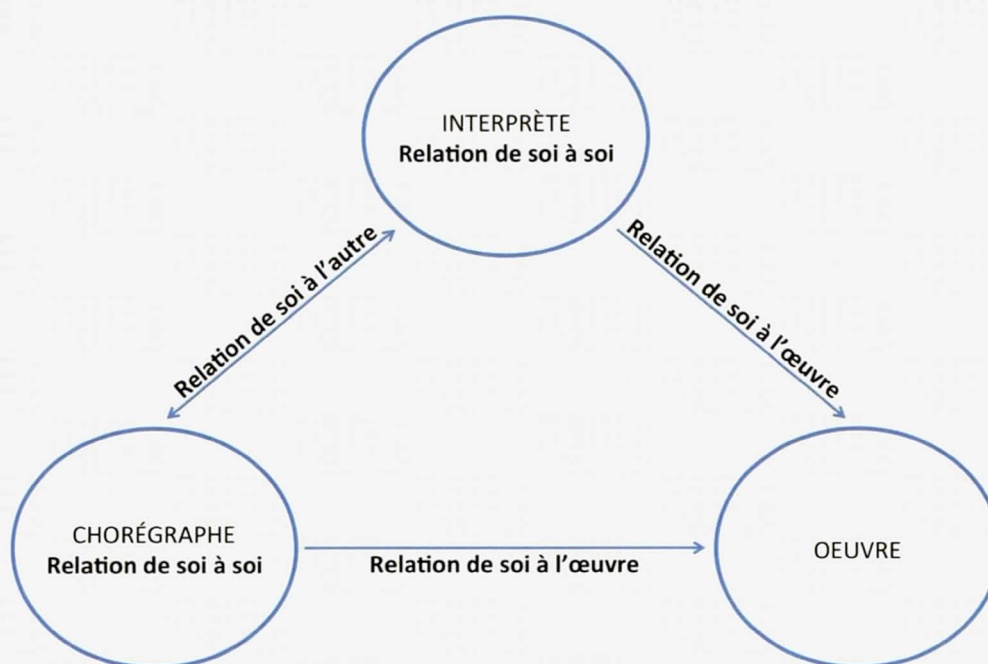
En réalisant ce tableau, une définition personnelle de la relation à la gravité a émergé. Alors que dans mon analyse préliminaire, j'avais regardé ma relation à la gravité en fonction de ma tonicité et de l'organisation du mouvement, mes résultats m'ont amenée à mettre au cœur de mon expérience gravitaire ma relation à l'espace. Ces résultats me permettent de me positionner quant à la terminologie multiple qui a été utilisée et relevée dans le chapitre des repères théoriques. Mon expérience, enrichie à travers les trois processus de création, me conduit à définir à présent la relation à la gravité comme *la réponse tonique donnée à la force de pesanteur, réponse qui s'inscrit dans une relation particulière à l'espace et qui joue, dans une dialogique permanente équilibre/déséquilibre, entre l'axe vertical et l'axe horizontal.*

De plus, le terme « relation » à la gravité, qui a d'abord été choisi afin de faire valoir l'aspect interactif de cet élément de la corporéité qui reflète notre manière d'entrer en relation avec le monde, me renvoie à deux éléments qui sont apparus centraux dans la collecte de données, soit la relation aux chorégraphes et la relation aux œuvres. En effet, à travers l'analyse des données, une compréhension conjointe de mon adaptation et des variations de ma relation à la gravité s'est progressivement dessinée autour de ce même axe de réflexion : celui de la relation à soi, aux autres et à l'environnement. Car si les défis et les enjeux de mon adaptation questionnaient sans cesse la relation que je pouvais avoir avec les chorégraphes, avec la matière chorégraphique travaillée et enfin avec moi-même, les variations de ma relation à la gravité semblaient de leur côté étroitement liées à la nature même de ces espaces relationnels. La notion de « relation » est ainsi apparue comme le « nœud » central et fondamental de ma recherche, créant un pont entre les deux questions de l'étude.

En outre, les défis techniques et relationnels ainsi que les enjeux psychologiques et créatifs, constitutifs de mon cheminement vers l'interprétation finale des trois soli, m'ont permis de mieux comprendre le processus adaptatif dans une dynamique

relationnelle triangulaire entre les chorégraphes, les œuvres et moi-même. Je dégage ainsi de cette compréhension trois types de relations : la relation de soi à soi, offrant un espace d'écoute, d'attention et de connaissance de soi; la relation de soi à l'autre, ouverte sur un besoin de compréhension, de reconnaissance, de partage, incluant affinités, négociations, compromis, confrontations; et enfin la relation de soi à l'œuvre, mettant en jeu l'influence réciproque de l'un sur l'autre et l'engagement, l'autonomie et l'appropriation personnelle de l'œuvre par l'interprète, dans la recherche d'une cohérence entre le sens de l'expérience vécue et le sens de l'œuvre en jeu.

**Figure 7** Les différents modes de relation dans la triangulation interprète/chorégraphe/œuvre





Les défis et enjeux décrits dans ce chapitre des résultats sont apparus être rattachés à ces trois types de relation. Les défis techniques m'ont amenée à une relation à moi-même ancrée dans un travail de conscience, d'autoréflexion, d'analyse et de jugement. Pour accéder au matériel chorégraphique j'ai dû travailler sur la reconnaissance d'habitudes gestuelles afin d'inhiber celles qui ne correspondaient pas aux projets chorégraphiques. Je pense, entre autres, à ma tendance à basculer le bassin en rétroversion au lieu d'utiliser la flexion des hanches dans les descentes au sol (processus avec Kelly) ou encore ma propension à multiplier les initiations du mouvement au lieu de suivre une seule et même ligne de mouvement (processus avec Anne-Marie). Mon attention s'est trouvée également déplacée en permanence : sur des aspects anatomiques, sur des sensations, sur des objets, sur des actions à faire, sur des consignes particulières, sur une musique, etc. Si chaque chorégraphe m'a proposé des pistes de recherche en mouvement, je dois dire que trois cartographies de sensations différentes se sont dessinées dans mon expérience. Avec Kelly, cette cartographie tournait autour de deux points d'initiation du mouvement, soit le sternum et le bassin; avec George, autour de la connexion tête/coccyx; et enfin avec Anne-Marie, autour de l'ouverture du sternum et de la ceinture scapulaire. Enfin, mon rapport à l'espace a été très différent dans les trois cas, naviguant entre la verticalité (avec George), les tangentes (avec Kelly) et l'horizontalité (avec Anne-Marie).

Par ailleurs, les défis techniques m'ont conduite à vivre une expérience de relation à l'autre très forte, dans une empathie kinesthésique plus ou moins bien vécue et un désir de compréhension du projet de corps recherché. Cette relation de soi à l'autre m'a naturellement orientée vers les œuvres en jeu. Le besoin de cohérence entre l'expérience somatique, les demandes de chaque chorégraphe et le sens des œuvres est ainsi apparu essentiel afin de permettre une interprétation des œuvres dans laquelle je me sentais à la fois engagée et efficace dans l'action.



De plus, dans une dynamique de relation de soi à soi, les défis relationnels ont été la source des remises en question de mes représentations et de mes valeurs personnelles, qui ont été faites en fonction de celles perçues chez les chorégraphes et qui étaient nécessaires à la compréhension du projet en train de se faire. De soi à l'autre, les défis relationnels ont représenté une part très importante de chaque processus de création. J'étais dans une recherche de cohérence entre les propos et l'agir des chorégraphes. Je ressentais un besoin de reconnaissance et, en même temps, j'étais dans une recherche d'un positionnement et d'une autonomie dans le travail. Enfin, les défis relationnels m'ont amenée à vivre une relation aux œuvres où l'attention et l'adaptation aux différents éléments qui les constituaient (consignes de danse, relation aux objets, aux costumes, à la musique) étaient constantes. Il s'agissait également pour moi de mettre en lien le sens de l'expérience que je pouvais vivre dans les processus de création et le sens que je comprenais des œuvres.

Les enjeux psychologiques ont, de leur côté, mis en évidence des périodes de déséquilibre, voire de crise personnelle, conduisant à des démarches de positionnement et de recherche de mon autonomie. Dans la relation à l'autre, ces enjeux psychologiques m'ont clairement permis de relever le besoin de reconnaissance en jeu dans la dynamique de création. Enfin, il s'agissait avant tout d'arriver à une résolution des périodes de déséquilibre ou de crise, de manière à entrer dans une étape d'« entreprise créatrice » où l'appropriation personnelle de l'œuvre est possible.

Dans un dernier temps, à travers les enjeux créatifs il s'agissait pour moi de trouver une liberté d'expression et de création dans le projet ainsi qu'un engagement personnel qui faisait sens dans mon parcours d'interprète et dans mon parcours personnel. Vis-à-vis des chorégraphes, l'enjeu était de trouver une cohérence entre la compréhension qu'ils avaient de leur projet et celle que, pour ma part, j'en avais,

cette cohérence étant la condition d'une incorporation sentie et « consentie » de l'œuvre.

Afin de rendre compte de cette mise en lien des différents défis et enjeux adaptatifs avec les différentes dynamiques relationnelles relevées dans les processus de création traversés, j'ai réalisé un tableau récapitulatif des différents éléments mentionnés ci-haut. C'est à partir de ces résultats que s'organisera le chapitre suivant, qui offre une discussion ouverte sur une compréhension de la complexité de mon processus adaptatif. La discussion permettra de rapprocher les résultats de ce chapitre et les auteurs présentés dans le chapitre des repères théoriques.

**Tableau 4**  
Dynamiques relationnelles dans mon processus adaptatif aux trois projets de création

	DÉFIS ADAPTATIFS		ENJEUX ADAPTATIFS	
	Défis techniques	Défis relationnels	Enjeux psychologiques	Enjeux créatifs
<b>De soi à soi</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Inhibition des habitudes</li> <li>- Déplacement de l'attention</li> <li>- Cartographies de sensations</li> <li>- Rapports à l'espace</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Remises en question de mes représentations et de mes valeurs</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Déséquilibre et crise</li> <li>- Positionnement et autonomie</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Liberté de création</li> <li>- Engagement personnel dans le projet</li> </ul>
<b>De soi à l'autre</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Empathie kinesthésique</li> <li>- Compréhension du projet de corps recherché</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cohérence entre les propos et l'agir de chacun</li> <li>- Manque de reconnaissance</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Besoin de reconnaissance dans l'expérience et la découverte</li> <li>- Positionnement et recherche d'autonomie</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cohérence entre la compréhension du projet du chorégraphe et sa propre compréhension de l'œuvre.</li> </ul>
<b>De soi à l'œuvre</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cohérence entre l'expérience somatique et le sens de l'œuvre</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Adaptation aux éléments constitutifs de l'œuvre (musique, costumes, objets,...)</li> <li>- Mise en lien entre le sens de l'expérience de création et le sens de l'œuvre</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Recherche d'une appropriation personnelle de l'œuvre</li> <li>- Résolution de la crise pour entrer dans une entreprise créatrice</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Incorporer l'œuvre</li> <li>- S'approprier le projet</li> <li>- Trouver le sens de l'œuvre pour soi et de sa présence à travers elle</li> </ul>

## CHAPITRE V

### DISCUSSION

L'objectif de l'étude était de mieux comprendre les défis et les enjeux sous-jacents à mon adaptation comme interprète en danse contemporaine à trois processus de création chorégraphique. Une sous-question accompagnait également cette recherche : comment mon adaptation à ces trois projets chorégraphiques engageait-elle ma relation à la gravité?

Pour aborder ces deux questions, les repères théoriques présentés au chapitre 2 ont permis de comprendre l'adaptation comme un espace transactionnel entre soi et le monde interrogeant, dans une perspective d'intégration à un milieu donné ou à une situation particulière, ce que l'on porte en soi et ce que l'autre nous offre. Une perspective psychologique a permis de mieux comprendre comment l'adaptation à toute nouvelle situation vient bousculer la vision du monde de la personne qui la vit. Les théories piagésiennes ont, quant à elles, permis de mettre en lumière un processus permanent d'équilibration, entre assimilation et accommodation, alors que les théories relatives à l'auto-organisation des systèmes complexes proposent plusieurs questionnements sur le processus d'évolution de tout organisme vivant et sur la finalité même de l'adaptation.

La relation à la gravité, de son côté, a pu être abordée à travers un vocabulaire multiple et a pu être comprise comme expression de l'histoire personnelle de chacun et de la culture dans laquelle il évolue. Elle est apparue comme un point de vue

particulier sur le monde, un positionnement qui est d'abord et avant tout construit dans une relation affective à l'autre, dans un échange communicationnel tonique.

À travers l'analyse des données, deux types de défis adaptatifs et deux types d'enjeux adaptatifs ont pu être dégagés : les défis techniques, les défis relationnels, les enjeux psychologiques et les enjeux créatifs. Chacun d'eux a mis en lumière les nécessaires transactions à effectuer entre moi et le chorégraphe, puis entre moi et l'œuvre en train de naître. À chaque fois, je devais : comprendre le projet et l'univers du chorégraphe, y compris ses valeurs, sa conception de la création chorégraphique, de la relation chorégraphe/interprète; reconnaître mes propres habitudes perceptives et gestuelles et mes propres valeurs, parce qu'elles pouvaient contribuer ou au contraire faire obstacle à l'expression de l'univers du chorégraphe; assimiler (dans le sens piagétien du terme) des nouvelles données à un schéma de fonctionnement préexistant et m'accommoder à la nouvelle situation; et enfin, laisser le désordre et le doute s'installer pour laisser émerger de nouvelles possibilités de gestes et une appropriation personnelle de l'œuvre.

De plus, une définition personnelle de la relation à la gravité, basée sur mon expérience des trois processus de création, a également émergé, définition mettant en avant ma relation à l'espace. Mise en lien avec cette compréhension incorporée de la relation à la gravité, la description des défis et des enjeux adaptatifs m'a permis de dégager, au cœur du processus de création, une dynamique triangulaire entre le chorégraphe, l'œuvre et moi-même déclinée selon trois modes de relations : la relation de soi à soi, la relation de soi à l'autre et la relation de soi à l'œuvre. La discussion menée dans ce chapitre s'articulera autour de ces trois modes de relations. Elle conduira à une réflexion sur la complexité de cette dynamique triangulaire qui sera mise en dialogue avec les auteurs abordés dans le chapitre des repères théoriques.



Pour ce faire, je présenterai dans un premier temps comment mon adaptation et les variations de ma relation à la gravité sont apparues comme les vecteurs privilégiés d'une compréhension de l'expérience du déséquilibre vécue dans ma pratique. L'expression « se mettre en mouvement » prendra tout son sens alors que je la retracerai dans une dialogique permanente stabilité/instabilité. L'acceptation de la gravité sera conçue, métaphoriquement, tel un voyage qui, mené aux confins des défis et des enjeux adaptatifs, conduit à une dynamique d'entreprise créatrice.

Dans un deuxième temps, j'établirai des relations entre les modes de travail en studio et les variations de mes chemins adaptatifs. Je présenterai alors comment le travail spécifique sur une relation à la gravité éloignée de mes affinités gestuelles a augmenté significativement les défis et les enjeux adaptatifs vécus.

Dans un troisième et dernier temps émergera la question de la création du sens de l'expérience qui a conduit à la résolution de mon processus adaptatif, chaque œuvre prenant entièrement sa place dans ce processus d'évolution et de compréhension des situations à vivre.

## 5.1. L'expérience du déséquilibre

### 5.1.1. Se mettre en mouvement : dialogique équilibre/déséquilibre

L'affirmation selon laquelle un processus de création chorégraphique met en mouvement le danseur pourrait sembler une tautologie. Cependant, cette mise en mouvement est apparue, dans l'expérience des trois processus de création, dépasser le seul engagement de mon corps dans l'espace. Cette mise en mouvement s'est révélée dans toutes ses nuances et sa complexité, m'engageant techniquement, mais

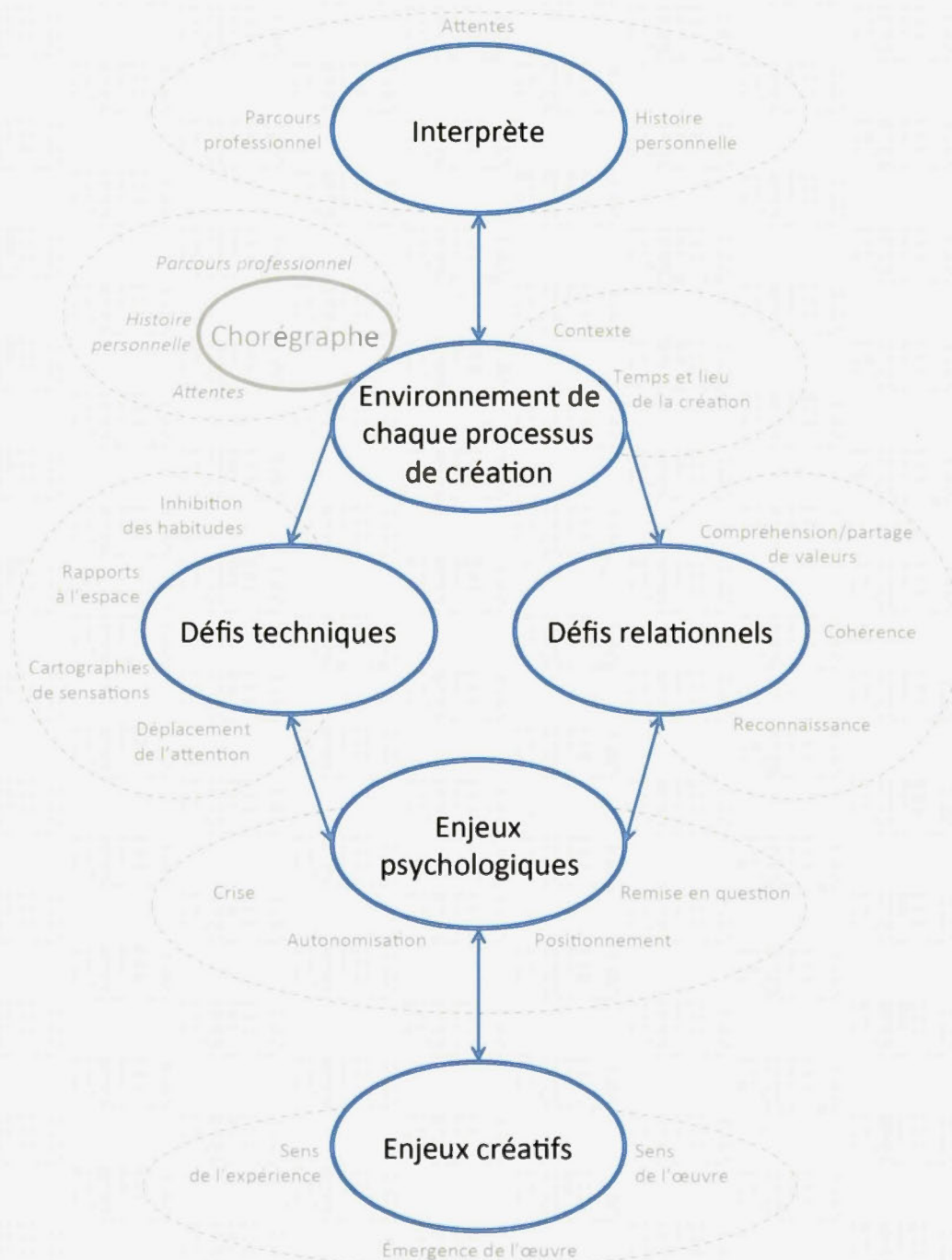
également affectivement, psychologiquement et sur le plan créatif. Ces résultats ont créé une rétroaction cohérente vis-à-vis de mon positionnement épistémologique, lequel m'amène à concevoir l'individu de manière holistique. L'analyse des données m'a en effet conduite à considérer mon expérience dans son ensemble, engageant toutes les parties de moi-même. La complexité de l'expérience, dans le sens où l'entend Edgar Morin, m'a incitée à reconnaître chaque composante de mon adaptation mais également à considérer mon adaptation dans son ensemble, comme un tout fait de relations indissociables :

Par opposition à la réduction, la complexité demande que l'on essaie de comprendre les relations entre le tout et les parties. La connaissance des parties ne suffit pas, la connaissance du tout en tant que tout ne suffit pas, si on ignore celle des parties; on est donc amené à faire un va-et-vient en boucle pour réunir la connaissance du tout et celle des parties. Ainsi, au principe de réduction, on substitue un principe qui conçoit la relation d'implication mutuelle tout-parties. (Morin, 2007, p. 33)

Dans cette mise en mouvement de moi-même, mon adaptation aux trois processus de création ainsi que les variations de ma relation à la gravité ont révélé une expérience du déséquilibre, c'est-à-dire un espace créatif et sensible, véritable passage d'un équilibre à un autre, ouvert sur des remises en question, des bouleversements, des découvertes, que ce soit aux niveaux kinesthésique, émotionnel ou comportemental. La relation à la gravité m'est alors apparue totalement apparentée à mon processus adaptatif, car alors que la relation à la gravité nous renvoie à la dimension précaire de la verticalité humaine et au déséquilibre permanent qui la sous-tend, l'adaptation s'exprime également dans une dialogique stabilité/instabilité propre à l'expérience humaine, qui est soumise aux aléas de son environnement. J'ai donc été doublement mise en jeu dans cette dynamique instable, les défis et les enjeux rencontrés jouant sur l'« ordre » et le « désordre » de mon « organisation », pour reprendre les termes de Morin (2007), ou encore sur ma « stabilité » et mon « instabilité », pour reprendre un principe cher à la théorie des systèmes dynamiques. L'idée d'« équilibration »

développée par Piaget (1967) prend également tout son sens dans mon parcours adaptatif, puisque je naviguais entre les déséquilibres provoqués par les facteurs exogènes de mon environnement et la recherche constante de « réponses » afin de me rééquilibrer. Pour m'adapter, j'ai dû sortir de mes zones de confort, réfléchir à chaque fois sur mes valeurs, sur ma conception de la danse et de la création, et j'ai dû revoir mon image de moi-même, m'amenant dans un bousculement de mes habitudes. Chaque processus de création a contenu ses moments de remise en question; ces moments étaient associés à différentes manières de les vivre : moments d'abandon, de résistance, d'enthousiasme, d'excitation; moments de doute, de questionnement, de tristesse, d'égarement ou de colère. Comme en témoigne le prochain schéma, la rencontre avec chaque chorégraphe et chaque contexte de création me conduisait à vivre des défis techniques et des défis relationnels, nés de la nature du travail gestuel demandé et des modes de travail en studio. Ces défis m'ont conduite vers de véritables enjeux psychologiques, entre la crise et la remise en question, mais toujours dans une quête d'autonomisation. La résolution de ces enjeux psychologiques me permettait alors de voir plus clairement les enjeux créatifs de chaque projet et d'accéder à une résolution de mon processus d'adaptation, ouverte sur le sens de mon expérience et sur le sens de l'œuvre, dans l'émergence de celle-ci.

**Figure 8** De l'interprète à l'émergence de l'œuvre dans la rencontre des défis et des enjeux adaptatifs traversés



Le schéma ci-dessus permet de visualiser le fait que si les défis techniques et les défis relationnels ont soulevé de véritables questions quant aux enjeux psychologiques traversés, ils sont également apparus, dans la dynamique de ma mise en mouvement, comme une véritable ouverture vers la création des œuvres et comme ce qui me permettait d'entrer dans leur univers, qui m'était inconnu. Je présenterai ici comment mon processus adaptatif, en me faisant passer du déséquilibre à l'« entreprise créatrice » (Tap et Esparbès-Pistre, 2001), est venu mettre en lumière mon implication dans le processus créateur de chaque œuvre.

#### 5.1.2. Accepter la gravité : de la contrainte à l'entreprise créatrice

À travers les défis adaptatifs observés dans le processus de création des trois œuvres de l'étude, je comprends les moments de déséquilibre comme des moments de « contrainte » et d'empêchement qui posaient un problème qu'il me fallait résoudre, me conduisant vers des enjeux psychologiques mais aussi vers des enjeux créatifs. Cela me renvoie à ce que le danseur Dominique Dupuy (2011) décrit : « À la contrainte, impossible de répondre par des formules toutes faites, des gestes valises, il faut inventer, ruser, sans esquiver le problème posé mais en l'interrogeant, l'intégrant, l'incorporant » (p. 47). Toute contrainte inviterait donc à de nouveaux chemins de découvertes. La méthode d'éducation somatique Feldenkrais, d'ailleurs, utilise cette stratégie de la contrainte pour permettre à l'étudiant d'emprunter des chemins de mouvements inusités. Inviter à avoir un point fixe dans le corps permet par exemple de venir mobiliser d'autres parties peut-être laissées inactives autrement. De mon côté, la confrontation aux « contraintes » de chaque création (acquisition de qualités gestuelles très spécifiques, détails techniques, relations aux objets, modes de communication de chaque chorégraphe, etc.) m'a également conduite à vivre des moments de profonde déstabilisation, voire de crise. Or, d'un point de vue psychologique, la crise est également un passage vers une nouvelle organisation de



soi, comme un « moment d'évolution positive » de l'individu engagé dans un nouveau projet :

La crise est souvent associée à quelque chose qui fait peur, qui surgit et qui propage l'angoisse. Or, avec l'adaptation psychologique on renoue avec l'idée originelle, présente déjà chez Hippocrate, de considérer la crise comme un moment d'évolution positive [...] Le sujet est en recherche de nouvelles identifications qu'il va prendre dans ses différents systèmes d'activités, ses différentes références ou qu'il va chercher ailleurs dans de nouvelles relations, qu'il va construire dans le cadre de nouveaux projets. (Taché, 2003, p. 94)

Aussi, si Taché mentionne que « le moment de chaos comporte des risques psychologiques, ceux de renoncer à l'ordre familial des choses et de changer radicalement de point de vue » (p. 84), les crises vécues peuvent également se rattacher à ce que Chantal Deschamps (2002) appelle le « chaos créateur » : « L'expression *expérience du chaos* m'est apparue le syntagme le plus approprié pour évoquer l'état de désorganisation qui, sans être pathologique, survient de manière légitime au fil de la création » (p. 35). Dans son étude phénoménologique, Chantal Deschamps s'est intéressée plus particulièrement à l'expérience de trois artistes visuels témoignant de la notion de « chaos » dans l'acte créateur, notion pouvant être rapprochée de l'idée de déséquilibre, de crise et de remise en question : « Dans les faits, [raconte ainsi l'un des sujets de son étude] l'expérience du chaos m'a fait connaître des moments intenses de doute, de remise en question ainsi que de grandes solitudes, comme peut le susciter l'image du voyage initiatique aux tréfonds de l'être » (Deschamps, 2002, p. 35). Deschamps utilise les termes « ordre », « désordre », « rupture », « état d'indécision » et « confusion » qui posent un même constat : l'acte créateur est un processus de doute et de déséquilibre permettant de sortir de sa sphère habituelle de perception pour entrer dans une nouvelle vision et une nouvelle visée. À cet égard, je renvoie aux mots de Deleuze et Guattari (1991),

qui nous font comprendre davantage peut-être combien la création est une traversée au-delà du connu et de l'établi :

Les hommes ne cessent pas de fabriquer une ombrelle qui les abrite, sur le dessous de laquelle ils tracent un firmament et écrivent leurs conventions, leurs opinions; mais le poète, l'artiste pratique une fente dans l'ombrelle, il déchire même le firmament, pour faire passer un peu de chaos libre et venteux et cadrer dans une brusque lumière une vision qui apparaît à travers la fente. (p. 191)

Dans cette perspective, les nouvelles habitudes et les nouveaux angles d'approche du geste et de l'espace auxquels j'ai dû m'adapter au cours des trois processus de création ont été à la fois *les causes* et *les effets* de mes moments de déséquilibre : ce déséquilibre rendait possible l'ouverture vers ces changements autant que ces changements provoquaient le déséquilibre. C'est ma vision du monde qui semble avoir été littéralement *touchée*, agissant sur ma relation à la gravité, c'est-à-dire sur ma tonicité, ma façon d'aborder le mouvement dans l'espace. Ce déséquilibre est une prise de risque certaine, un bousculement de soi qui comporte, comme a pu le montrer l'analyse des données, des répercussions psychologiques (insécurité, inconfort) qui ouvrent néanmoins la porte à des découvertes. Dans les trois processus, j'ai vécu, à différents degrés, des moments de trouble, de flou, d'espace vide, de suspension dans le temps, au cours desquels je devais être prête à prendre telle ou telle direction. Bien que je m'y sentais plus ou moins coincée, incapable parfois de sentir une incorporation de l'œuvre aboutie et réussie, ces moments de transition et de flottement ont été des moments intenses de mise en mouvement, voire de véritables espaces décisionnels. Leur reconnaissance, cristallisée autour des entretiens réalisés avec Diane Leduc, a inauguré des moments charnières me conduisant vers la compréhension des œuvres et de ma présence à travers elles. Je sentais en effet que le fait de verbaliser et d'exprimer mes angoisses, le fait d'avoir été entendue et comprise, me permettait de relâcher mes tensions et d'entrer dans une nouvelle phase

d'évolution dans mon travail. La verbalisation et la conscientisation du problème posé m'ont permis de créer une objectivation critique des composants des crises ou des remises en question vécues. Tap et Esparbès (2001) appellent la « reprise mobilisatrice » cette étape qui met l'individu dans un processus de résolution de problème : « La *reprise mobilisatrice* est une phase au cours de laquelle le sujet, en situation de crise, tente de faire face, de traiter ou de résoudre les conflits qui sont les siens, en établissant de nouveaux liens sociaux, de nouveaux réseaux d'aide réciproque » (p. 2).

Dans la quatrième semaine de chaque processus, je me sentais ainsi dans un « après » du déséquilibre, voyant émerger, à l'intérieur de moi, la potentialité de l'œuvre en devenir. Dans le cas de la pièce de *Brenda*, je me sentais particulièrement en résonnance avec ces propos de Dominique Dupuy (2012), issus de son livre *La sagesse du danseur* :

Danser un peu comme en convalescence, dans un état de transition d'après maladie, accident, opération... état de dénuement, de vacance. On est entre la difficulté de ce qu'on a vécu et l'espoir de ce qu'on va vivre, et cet espoir est porteur d'une sensibilité à fleur de corps. On entre en possession de ses capacités avec douceur, parcimonie, on les retrouve, yang apaisé, yin assumé, avec bonheur, larmes au corps. (p. 46-47)

Les performances ont également été des moments clés de la résolution des défis adaptatifs rencontrés. Elles ont été, pour moi, l'occasion d'entrer dans une relation personnelle avec chaque œuvre et d'aboutir, enfin, à la mise en relation souhaitée entre le sens de mon expérience dans les processus de création et le sens des œuvres mêmes.

La question du « sens » est ainsi apparue centrale dans les trois processus de création et m'a permis de dépasser les difficultés rencontrées afin de vivre positivement les

aventures traversées. En effet, si la question du déséquilibre et de la crise soulève celle de la mise en jeu de la santé (physique, psychologique) de l'interprète dans le travail chorégraphique, la quête du sens de l'expérience et du sens de l'œuvre s'est quant à elle avérée incontournable pour accéder aux véritables enjeux créatifs de chaque projet. De plus, bien que je reconnaisse l'évolution créatrice née de crises ou de remises en question, je questionne aujourd'hui dans ma pratique la nécessité de les traverser pour accéder à une création chorégraphique réussie. Ce que j'ai décrit ci-haut, même si j'ai pu le vivre et l'expérimenter dans le processus d'Anne-Marie et, dans une moindre mesure, celui de Kelly, me renvoie à une vision romantique de la création (Deschamps, 2002), vision selon laquelle l'artiste « doit » souffrir pour créer, innover, se dépasser. Or l'expérience avec George m'a invitée à reconsidérer cette conception et à envisager, au contraire, la création comme un jeu, une recherche orientée vers l'objectif commun de la création. Des pistes de compréhension du chemin adaptatif parcouru m'indiquent la possibilité de dépasser cette vision romantique dans ma pratique en envisageant la question du sens dans mon expérience ainsi que la mise en place d'une dynamique triangulaire équilibrée entre le chorégraphe, l'œuvre et moi-même.

## 5.2. Modes de travail en studio et variation des chemins adaptatifs

### 5.2.1. De l'œuvre au geste et du geste à l'œuvre

Dans la dynamique adaptative de la mise en mouvement de soi, j'ai pu reconnaître des différences dans les déséquilibres vécus. En ce qui concerne mon expérience avec Kelly ou Anne-Marie, je peux parler de moments de doute, de confusion, moments dans lesquels j'étais confrontée à une situation problématique que je devais résoudre afin de continuer mon chemin dans la création de l'œuvre. Le terme « crise » a



semblé approprié pour décrire ces deux expériences impliquant un inconfort, voire un doute existentiel profond. Sans vouloir tirer de conclusion trop hâtive à leur propos, il me semble intéressant de noter que ces deux processus qui ont généré des moments de crise sont ceux qui ont su remettre en question ma relation à la gravité. Le processus vécu avec George s'est avéré quelque peu différent. Mon adaptation consistait davantage à reconsidérer, conceptuellement parlant, ma perspective de la danse. Il ne s'agissait pas tant d'une « crise » que d'un changement de perspective portée à la création. Alors que je ressentais une valorisation de mes affinités gravitaires, la remise en question demandée me procurait davantage un sentiment de libération et de légèreté qu'une impression de difficulté existentielle. Ainsi, la nature du travail effectué en studio semble avoir directement influencé les types de remises en question et l'intensité des crises vécues. L'analyse des données m'a amenée à considérer, dans ma pratique, trois voies d'accès au travail de création.

La première, centrifuge, serait de d'abord focaliser mon attention sur les qualités gestuelles, ce qui passerait inévitablement par une relation au chorégraphe, pour accéder ensuite au fond et à la forme de l'œuvre<sup>35</sup>. L'attention portée à l'œuvre en tant que telle serait dans ce cas plus tardive dans le processus de création puisqu'elle émergerait de ce travail du geste teinté de la relation entre le chorégraphe et moi-même. En travaillant l'émergence d'un geste nouveau pour moi, je travaillerais sur une modification de ma corporéité à travers l'inhibition de mes habitudes, le déplacement de mes espaces attentionnels, la reconnaissance de nouvelles sensations en moi et enfin, un nouveau rapport à l'espace. Or, c'est cette modification de ma corporéité qui me conduirait à définir ma présence dans l'œuvre, mon positionnement par la mise en jeu d'une nouvelle perspective sur le monde. Cette première voie

---

<sup>35</sup> Par fond et forme de l'œuvre, j'entends la ou les thématiques abordées en son sein ainsi que sa structure compositionnelle. Le travail sur le geste agirait plus spécifiquement sur les qualités de mouvements et d'états de corps.



attentionnelle, expérimentée dans le processus d'Anne-Marie, a permis une résolution soudaine de mon adaptation à la toute fin du processus.

La deuxième voie, centripète, proposerait un chemin inverse, c'est-à-dire, dans un premier temps, une réflexion sur le fond et la forme de l'œuvre qui, teintée là encore de la relation avec le chorégraphe, amènerait à l'émergence d'un travail sur le geste issu de ce processus réflexif. La triangulation entre le chorégraphe, l'œuvre et moi-même serait alors initiale, même si l'œuvre se dévoilerait au fur et à mesure du processus de création. Ce serait donc par une réflexion ouverte sur une nouvelle perspective sur le monde que j'accèderais à une nouvelle corporéité. C'est ce que j'ai pu expérimenter avec George grâce à un travail ouvert sur l'échange de points de vue et sur la mise en avant, au cœur de notre relation chorégraphe/interprète, de l'œuvre elle-même. À travers cette voie, j'ai eu l'impression de vivre une adaptation progressive, chaque répétition me guidant vers la prochaine, dans un processus continu d'évolution.

Enfin, une troisième voie possible serait construite dans une alternance entre la première et la deuxième voie. Sollicitées en alternance, une attention sur le geste et une attention sur le fond et la forme de l'œuvre me conduiraient à vivre une triangulation oscillante avec l'œuvre et le chorégraphe, l'œuvre apparaissant et disparaissant au gré des différents temps de la création. J'ai pu expérimenter cette voie mixte à travers le processus de *Waypoints* : mon adaptation à cette pièce s'est réalisée de façon discontinue, par paliers, certes avec une crise plus prononcée lors de la troisième semaine, mais naviguant le reste du temps entre des impressions d'adéquation et d'inadéquation dans les activités proposées.

Dans tous les cas, je perçois que c'est ma relation aux œuvres qui me permettait de saisir le trajet de mon adaptation, la résolution de cette adaptation me conduisant à

réellement savoir ce que je faisais, à avoir un sentiment de maîtrise et de liberté dans le travail et à ainsi développer ma capacité à jouer avec le matériel. Le tableau ci-dessous rend compte de manière synthétique de la compréhension de ces trois voies, qui ont émergé de l'analyse des données et qui correspondent à mes chemins adaptatifs.

**Tableau 5**  
Les voies attentionnelles de mon adaptation dans les trois processus de création

<b>Processus de création de <i>Brenda</i></b>	<b>Processus de création de <i>Waypoints</i></b>	<b>Processus de création de <i>Dysmorphic Delicious</i></b>
Voie attentionnelle centrifuge Du geste à l'œuvre	Voie attentionnelle mixte en aller-retour	Voie attentionnelle centripète De l'œuvre au geste
Travail sur le geste/relation au chorégraphe ↓ Fond et forme de l'œuvre	Allers et retours constants entre la voie attentionnelle centrifuge et la voie attentionnelle centripète	Fond et forme de l'œuvre/relation au chorégraphe ↓ Travail sur le geste
Triangulation tardive	Triangulation oscillante	Triangulation initiale
Modification de ma corporéité ↓ Nouvelle perspective sur le monde	Allers et retours constants entre la voie attentionnelle centrifuge et la voie attentionnelle centripète	Remise en question de mon point de vue sur le monde ↓ Modification de ma corporéité
Émotivité	Technicité	Réflexivité
Adaptation tardive et soudaine	Adaptation par paliers	Adaptation progressive et continue

### 5.2.2. La relation à la gravité au cœur des défis et des enjeux adaptatifs

En présentant ce tableau, je reconnais le danger de « catégoriser » l'expérience alors qu'elle présente sans aucun doute des nuances et des spécificités propres selon le contexte dans lequel elle s'inscrit. La voie mixte est celle que j'ai le plus expérimentée au cours de ma carrière, un même processus de création alternant très souvent entre la voie attentionnelle 1 et la voie attentionnelle 2, dépendamment des différents temps de la création et des différentes dynamiques relationnelles émergeant dans chaque processus. Mon analyse m'amène à considérer comment les triangulations tardives et oscillantes m'ont amenée à vivre des moments de crise personnelle, alors que la triangulation initiale m'a permis au contraire de vivre des remises en question avec un sens et une visée plus claire de mon engagement dans le projet. Cette compréhension du processus adaptatif m'incite à penser que le travail du geste a augmenté l'intensité des défis et des enjeux adaptatifs. En ce sens, l'analyse des données a mis en évidence le fait que les processus de création dans lesquels je devais modifier ma relation à la gravité au-delà de mes habitudes gestuelles ou de mes affinités avaient suscité plus d'émotions et plus de déstabilisation quant à mon estime de moi-même et à ma confiance dans le projet. Je note également que ces mêmes processus ont révélé une relation au chorégraphe plus fusionnelle, entre désir de ressemblance et besoin de reconnaissance. Ma relation à la gravité ne semblait ainsi pouvoir se jouer que dans cette relation étroite au chorégraphe, ce qui entre en résonnance avec les théories de Wallon, de Winnicott et d'Ajuriaguerra qui soulignent tous le lien inextricable entre les variations toniques et la vie de relation, entre expression et affectivité.

L'analyse de données me permet également de constater l'importance de la relation personnelle que je pouvais avoir avec l'œuvre. Celle-ci est essentielle pour créer un environnement de travail non pas tourné vers une relation bidimensionnelle entre le

chorégraphe et moi-même – une relation qui a été, du reste, souvent teintée affectivement d'un désir de correspondre à une image, à des attentes –, mais plutôt vers l'œuvre elle-même : il s'agit alors que nous regardions ensemble dans la direction de l'œuvre, de manière à partager un même objectif et de sortir de nos préoccupations personnelles. Car si l'œuvre n'existait pas encore pour moi, ne serait-ce que dans sa plus simple ébauche, j'avais le sentiment d'être questionnée non pas comme une danseuse en train de chercher une matière pour l'œuvre, mais comme une personne inadéquate face au désir de l'autre. La situation était alors plus difficile parce que la transformation n'était pas requise dans ma relation à l'œuvre (objet de notre travail), mais dans ma relation (affective, émotionnelle) à l'autre. Agir de façon directe, et sans perspective sur l'œuvre, sur la relation à la gravité m'est donc apparu beaucoup plus bouleversant que d'agir dans la visée commune d'une œuvre en devenir. Dans ce sens, mon expérience de ma relation à la gravité s'est éclaircie et cristallisée lors des performances, c'est-à-dire dans l'accession de ma relation personnelle avec l'œuvre. Je vois ici un lien à faire entre la distanciation qui apparaît nécessaire dans la relation chorégraphe/interprète afin que chacun s'approprie l'œuvre personnellement, et la nécessaire acquisition de l'autonomie dans le processus de verticalisation. Si Godard parle de « triangulation gravitaire » dans l'acquisition de cette autonomie gravitaire, la relation à l'espace venant ajouter un troisième pôle à la relation mère/enfant, l'œuvre m'est apparue également jouer ce troisième et essentiel rôle en me permettant de trouver une autonomie et une appropriation personnelle de l'action en cours, ainsi que d'accéder à une relation à la gravité cohérente vis-à-vis de ma compréhension de l'œuvre, le tout dans une conscientisation du sens de l'expérience.



### 5.3. Dépasser les défis et rencontrer les enjeux : la quête de sens

Si les repères théoriques ont permis de souligner la question de la finalité de l'adaptation (Atlan, [s. d.]; Morin, 1977; Taché, 2003), celle de mon adaptation aux trois processus de création – passant par la création du sens de mon expérience comme de l'œuvre elle-même – s'est avérée également une clé de compréhension de mon processus adaptatif.

De manière générale, le sens peut être compris comme la raison d'être d'une chose ou d'un individu, c'est-à-dire comme ce qui sert à expliquer, à justifier son existence. Or c'est en donnant du sens à mon activité, dans les trois processus de création, que j'ai finalement pu établir des liens cohérents entre mon espace intime, mon environnement et les projets de création. Car pourquoi me transformer si cela n'avait pas de sens pour moi, si la situation me paraissait absurde, incohérente? En effet, pourquoi devais-je m'adapter aux exigences de chaque nouvelle création? Pour être en adéquation avec qui? Avec quoi?

À travers ces questions, tout comme peut le définir Atlan ([s. d.]) avec les systèmes auto-organisés, je perçois certainement le caractère téléologique de mon expérience de danseuse, voyant mes objectifs multiples émerger au fil du temps, selon les spécificités et les dynamiques particulières à chaque processus de création. Cependant, c'est à travers ce sens, même fluctuant, que je perçois l'ouverture vers une expérience adaptative m'engageant dans un processus d'évolution positive. À l'instar du principe du « paramètre de contrôle » développé dans la théorie des systèmes dynamiques, je comprends que si mon évolution, dans chaque œuvre, se construisait jour après jour, ce n'est réellement que lorsque je pouvais donner du sens à mon expérience qu'une réelle incorporation pouvait avoir lieu. L'accession au sens semblait devenir, pour moi, l'équivalent d'un paramètre de contrôle, c'est-à-dire d'un



déclencheur afin d'accéder à la corporéité propre à chaque œuvre. Quand je parle de sens, il est question non seulement de ma compréhension du projet du chorégraphe et de l'œuvre, mais aussi de ma place à travers elle et de sa cohérence dans ma propre évolution professionnelle et personnelle. En effet, dans les trois processus, j'ai pu trouver le sens de mon activité dans le sens de l'œuvre elle-même, c'est-à-dire dans le désir d'exprimer quelque chose, de donner à voir ou à sentir une œuvre de manière cohérente avec ce que j'avais pu vivre lors du processus de création. Le sens pouvait alors se créer lorsque que je ressentais une adéquation entre mon vécu somatique et ce que je comprenais de l'œuvre. Mais le sens de mon activité pouvait être également orienté vers le sens que l'expérience même du processus de création prenait pour moi, selon les apprentissages réalisés et leur place dans mon développement personnel et professionnel. Par exemple, au-delà de l'œuvre créée avec Kelly, accéder à des qualités gestuelles que j'appréciais chez elle représentait, pour moi, une activité de grande valeur dans mon parcours d'interprète et dans ma représentation de la danse. Cette compréhension de la place du sens dans l'expérience en danse résonne avec les propos de Godard (1994b), pour qui l'activité de l'interprète doit avoir un sens pour lui afin de toucher à l'origine de l'effectuation du geste, à sa genèse :

Ce n'est donc pas la répétition d'un mouvement mais *l'expérience du geste* et par là la « fabrique du sens » qui donne le sens (direction) aux sens. Elle organise à partir de là une plasticité des phénomènes respiratoires, posturaux et perceptifs qui façonne ainsi la structure fluctuante que l'on appelle « corps ». (p. 30)

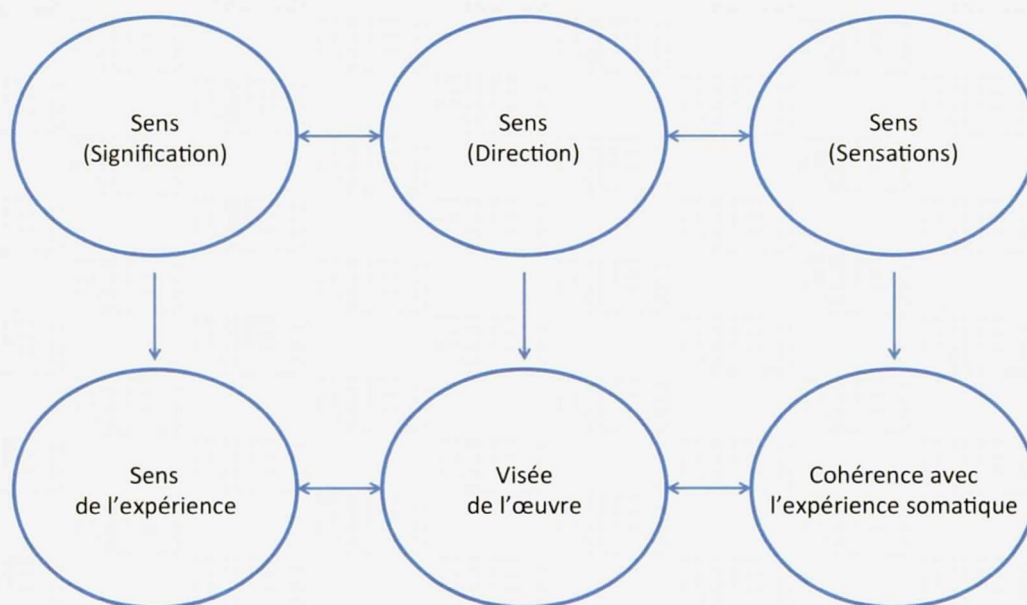
Je reconnais, dans cette citation, trois acceptions du mot « sens » qui entrent en résonnance avec mes données : sens comme signification, sens comme direction et sens comme sensations<sup>36</sup>. J'associe en effet chacune d'elle à une composante de ma

---

<sup>36</sup> Consciente des différents définitions du concept de « sens » ainsi que des enjeux théoriques importants l'entourant, je resterai ici proche de mes données de terrain. La triple utilisation du mot

compréhension des enjeux créatifs vécus, soit le sens de mon expérience, la visée de l'œuvre et sa cohérence avec l'expérience somatique traversée.

**Figure 9** Schéma de ma compréhension des enjeux créatifs de mon adaptation par la question du sens




---

« sens », dans ce chapitre, devra donc être saisie comme une donnée issue directement de ma pratique. Je reconnais cependant que, dans une autre recherche, il serait intéressant d'approfondir cette question en allant à la rencontre d'autres penseurs pouvant nourrir cette réflexion.

C'est ainsi dans la rencontre de ces trois composantes dans l'espace des œuvres traversées que j'ai pu reconnaître mon expérience gravitaire, entre verticalité, tangentes et horizontalité. En bout de ligne, ma relation avec chaque chorégraphe ne pouvait devenir cohérente que dans une relation triangulaire à l'œuvre, car l'important pour moi était de comprendre ce qui sous-tendait le geste, ce qui l'habitait, ce qui le motivait. Tout semblait se jouer dans cette rencontre à trois, dans le dialogue établi, dans l'échange d'informations, dans la clarté des attentes et des rôles de chacun.

#### 5.4. Le pouvoir d'agir et le sens de l'activité

Je perçois ici un rapprochement à faire avec la perspective d'Yves Clot, professeur titulaire au Conservatoire national des arts et métiers (CNAM) : pour lui, plus l'activité a un sens pour l'individu, plus ce dernier sera efficace dans son agir et inversement, plus l'efficacité dans l'action développera le sens de l'activité. Le pouvoir d'agir se construit ainsi dans une alternance entre sens et efficience. Il faut comprendre ici la notion de « pouvoir d'agir » comme le rayonnement de l'activité du sujet, comme ce qui lui permet de se sentir actif et créatif dans son travail, de produire de nouveaux objets dans l'activité et, en danse du moins, de faire une traversée au-delà des buts, des codes esthétiques et des techniques prescrits. Yves Clot (2008) décrit ainsi le « pouvoir d'agir » :

Le pouvoir d'agir est hétérogène. On peut dire qu'il augmente ou diminue en fonction de l'alternance fonctionnelle entre le sens et l'efficience de l'action où se joue le dynamisme de l'activité, son efficacité. Cette efficacité n'est pas seulement l'atteinte de buts poursuivis. C'est tout autant la découverte de buts nouveaux. C'est donc aussi la créativité.  
(p. 13)

De mon côté, j'ai pu percevoir que ma capacité à trouver du sens dans mon activité me permettait de me sentir plus investie dans le travail et me donnait la sensation d'agir dans l'œuvre, c'est-à-dire d'être capable de faire des choix assumés quant à ma présence à travers elle. Néanmoins, il faut comprendre ici que la fabrique de sens dans un processus de création n'est pas prédéterminée ni figée. Bien au contraire, elle est mouvante, en perpétuelle construction, déconstruction et reconstruction.

Par ailleurs, dans un tout autre contexte, la psychologie en milieu de travail s'est penchée activement, au cours des 60 dernières années, sur la fabrique de sens dans l'activité professionnelle afin de favoriser l'engagement et le bien-être des travailleurs. Si ces théories en psychologie du travail démontrent que le travail est avant tout « une activité par laquelle une personne se définit, s'insère dans le monde, actualise son potentiel, et crée de la valeur, ce qui lui donne, en retour, le sentiment d'accomplissement et d'efficacité personnelle, voire peut-être un sens à sa vie » (Morin, 2006, p. 1), cette donnée semble renforcée chez les danseurs, pour qui la danse est, plus qu'un simple métier, une vocation et une passion qui les requièrent « corps et âme » (Sorignet, 2004; Newell et Fortin, 2008). Dans la perspective de la psychologie du travail, pour qu'une activité ait un sens dans un contexte professionnel, plusieurs éléments semblent requis dont l'utilité sociale, les occasions d'apprentissages et de développement, la rectitude morale ou encore la qualité des relations. Dans le cadre de ma recherche-crédation, quatre de ces caractéristiques sont apparues plus particulièrement centrales : le partage/la compréhension des valeurs, la cohérence, l'autonomie et la reconnaissance.

Dans un premier temps, j'ai pu relever le nécessaire partage et/ou la nécessaire compréhension des valeurs entre le chorégraphe et moi, car comme le précise Estelle Morin, professeur au HEC de l'Université de Montréal et spécialiste en psychologie du travail : « Le sens du travail peut être défini comme étant la signification que le

sujet donne au travail, la valeur qu'il lui attribue ou les représentations qu'il en a » (Morin, 2006 p. 11). M'adapter à chaque projet a été pour moi un processus de conscientisation des valeurs sous-jacentes à l'univers de chaque chorégraphe, pour en faire un terrain de pratique commun, par leur partage ou tout au moins leur compréhension, malgré les divergences d'opinion possibles.

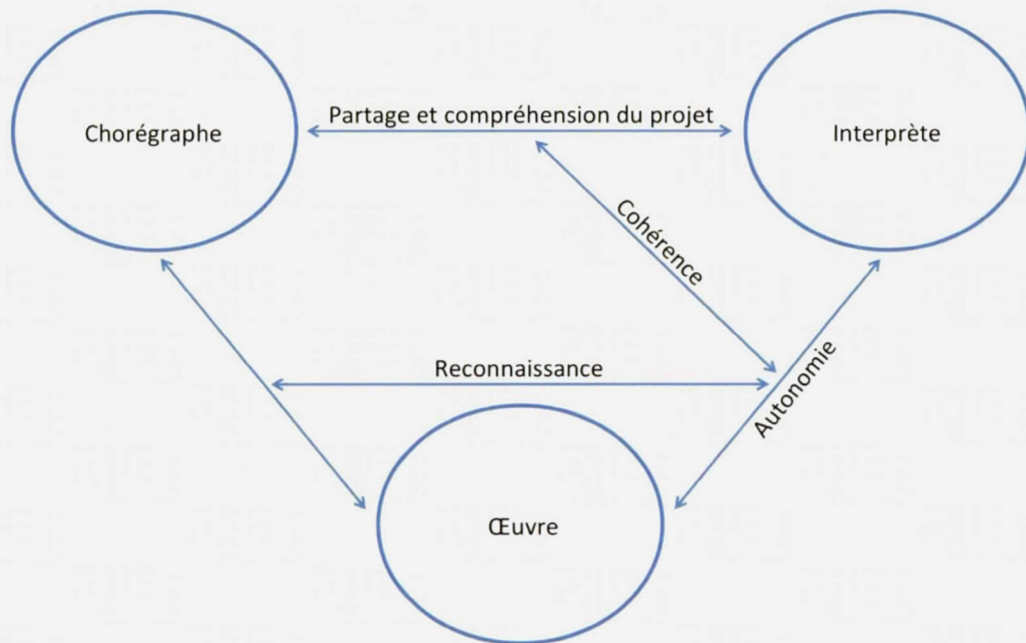
Dans un second temps, je souligne le besoin de cohérence qui est venu questionner mon processus adaptatif : cohérence entre les modes de travail en studio, entre les motivations de chacun; cohérence de la compréhension de ce qui était en train de se créer; cohérence entre les paroles et les actes; cohérence entre les demandes du chorégraphe, les modulations de ma relation à la gravité et les besoins de l'œuvre même.

Dans un troisième temps, l'autonomie est apparue comme un enjeu psychologique fondamental de mon cheminement, m'autorisant à instaurer une relation personnelle avec les œuvres et me permettant d'exercer mes compétences et mon jugement dans l'appropriation de l'action en cours.

Enfin, la reconnaissance de ma participation à travers chaque projet est apparue essentielle afin de me permettre de donner de la valeur et du sens à ma présence dans chaque processus. Estelle Morin (2006) mentionne l'importance de cette composante : « Parce qu'il permet à la personne de produire des résultats qui lui sont singuliers [...] le travail permet à la personne de faire la preuve de son existence, de se reconnaître et d'être reconnue » (p. 7). La reconnaissance serait donc la possibilité que soit discernée la contribution de chacun au processus de création, et ce, dans une conception humaniste et existentielle de la reconnaissance (Brun et Dugas, 2002); dans une perspective d'éthique de travail, elle établit un rapport de confiance entre le chorégraphe et l'interprète.



**Figure 10** Quatre composantes favorisant la création de sens dans mon expérience d'interprète



Les prochaines sections examineront en détails chacune des composantes présentées dans le schéma ci-dessus.

#### 5.4.1. Partage/compréhension du projet et cohérence

L'hybridité de mon parcours de formation et de mon parcours professionnel m'a amenée à adhérer à différents modes de pensée, différentes manières de faire, qui

m'ont construite et que je reconnais dans mes comportements face à différentes situations. Or, dans le processus de cette recherche-création, la rencontre avec chaque chorégraphe est venue réveiller plusieurs de ces modalités de pensée et ont suscité différentes réactions vis-à-vis de celles-ci.

Quête de la précision du geste ou attitude de recherche sans résultat prédéterminé, engagement créatif et autonomie de l'interprète ou dévouement envers le chorégraphe, échanges hiérarchique ou collaboratif : voici autant de perspectives et de manières d'appréhender le travail de création que j'ai eu l'occasion de rencontrer et de connaître. Pour m'adapter à chaque processus de création, j'ai donc tenté de comprendre la manière de travailler de chaque chorégraphe et de reconnaître ma façon d'y répondre, acceptant les valeurs sous-jacentes à ces attitudes ou y résistant. La question s'est donc clairement posée : devais-je adhérer aux méthodes de travail de chaque chorégraphe pour pouvoir m'adapter à leur univers chorégraphique? Pour reprendre les mots de Jean Cl  o Godin (2000), écrivain et professeur de l'Université de Montréal :

Entre adapter et adopter, n'y a-t-il vraiment que la différence d'une petite lettre? Le premier suggère un arrangement, comme lorsqu'on adapte une recette à telle sauce plutôt qu'à telle autre ou un objet destiné à une fin à un autre usage, après l'avoir bricolé, bien sûr. Dans le second, dirait Ducharme, on entend « opter », choisir pour le faire sien. Dans les deux cas, il y a appropriation, transfert, prise de possession et, dans le cours de l'opération, changement de la destination première, de l'identité. (p. 148)

M'adapter à chaque processus m'a en effet amenée à questionner les limites de mon adhérence au projet même du chorégraphe et à sa manière de travailler avec moi. Or, je me suis rendue compte que ma facilité à adhérer au projet de chaque chorégraphe reposait également sur le sentiment d'une cohérence établie entre ses modes de travail en studio et son discours, entre son faire et son dire, ainsi qu'entre les tenants et les

aboutissants de ma relation avec elle ou lui/de notre relation et de la relation personnelle que je pouvais établir avec l'œuvre. Dans les cas où, au contraire, j'éprouvais des difficultés à adhérer à son projet, c'est que l'absence de cohérence me donnait le sentiment d'une certaine absurdité, ce qui n'était pas sans effet :

Dans le contexte du travail, Kasl (1992) explique qu'un employé peut s'adapter à une situation qui lui paraît absurde, c'est-à-dire qui n'a pas de sens, mais cette adaptation se fait au prix de quelque chose : ajustement des aspirations, modification des valeurs de travail; détournement de l'attention vers les relations professionnelles, augmentation de la valeur attribuée au salaire, désaffection à l'égard du travail et de l'employeur, mésestime de soi, etc. (Morin et Gagné, 2006, p. 23)

L'absurdité d'une situation pouvait ainsi créer des tensions. Celles-ci étaient souvent accaparantes, de sorte que le projet de l'œuvre était relégué au second plan. Si j'avais moi-même mes contradictions, elles venaient souvent rencontrer celles des chorégraphes, créant une incohérence difficile à vivre. Avec Anne-Marie par exemple, l'utilisation d'outils somatiques ouverts sur ma découverte personnelle de qualités gestuelles entraînait régulièrement en conflit avec ses méthodes de travail, qui étaient quant à elles basées sur un rapport hiérarchique et des attentes esthétiques très précises.

De mon côté, ma manière d'agir en studio requérait également une certaine adaptation des chorégraphes. Ma propension à exprimer mes découvertes somatiques, ma réflexivité sur le travail, mon désir de comprendre le sens de l'œuvre et de l'incorporer ont pu être appréciés à différents moments de chaque processus de création, mais ont également pu créer certaines dissensions, certains décalages entre les chorégraphes et moi. Cette idée nous renvoie à la question des affinités nécessaires entre le danseur et les chorégraphes avec qui il travaille, mais pose aussi la question de la réciprocité de l'adaptation : qui doit s'adapter à qui? Est-ce le

danseur qui doit s'adapter au chorégraphe ou le chorégraphe qui doit s'adapter au danseur? La question est délicate car comme le mentionne Sorignet (2010), la relation chorégraphe/interprète nage souvent en eaux troubles : employé/employeurs, collaborateurs, amis, mélangeant la vie personnelle et la vie professionnelle. Mais au-delà des spécificités relationnelles de chaque processus, l'espace de la création ne pourrait-il pas au contraire être envisagé comme un espace de réciprocité dans le chemin parcouru de l'un vers l'autre? Si adaptation il y a, qui détermine les règles à suivre, les normes quant aux modes de fonctionnement en studio? Tap et Sordes-Ader (2012) le soulignent précisément, en effet :

S'intégrer socialement, c'est entre autres se soumettre aux normes. La soumission peut être socialement et personnellement utile, même si la « soumission librement consentie » est objet à discussion. Mais jusqu'où la soumission est-elle *appropriée* (*acceptable*, socialement, moralement) au point que l'individu puisse se l'*approprier* (*la faire sienne*) pour avancer dans sa vie et donner sens à ses pratiques? (p. 145-146)

La question posée par Tap et Sordes-Ader renvoie clairement à une problématique récurrente dans le milieu professionnel en danse : celle d'une éthique de travail en studio. Dans ce sens, je me suis longtemps questionnée sur cette citation de Deleuze et Guattari (1991), dans laquelle ils envisagent l'acte de création comme le « laminage » de ce qui existe, afin de laisser passer l'illumination créatrice :

Le peintre ne peint pas sur une toile vierge, ni l'écrivain n'écrit sur la page blanche, mais la page blanche ou la toile sont déjà tellement couvertes de clichés préexistants, préétablis, qu'il faut d'abord effacer, nettoyer, laminar, même déchiqueter pour faire passer un courant d'air issu du chaos qui nous apporte la vision. (p. 192)

Si en effet la base de toute création picturale ou littéraire est empreinte de clichés et de représentations toutes faites qu'il s'agit de défaire, qu'en est-il de la création chorégraphique? La proposition semble extrême si l'on considère que le danseur

travaille avec la matière même de son incarnation dans le monde, vecteur de son intimité. Dans le cas de cette recherche-création, que devais-je « nettoyer » au juste pour pouvoir « faire corps » avec le projet de chaque chorégraphe? Mes habitudes gestuelles, mes habitudes de penser, mon imaginaire, mes idéaux? Le sentiment de devoir m'effacer dans le processus de création de *Brenda* a été particulièrement fort et n'a pas été sans conséquence sur les enjeux psychologiques de mon adaptation, me conduisant jusqu'à des sentiments de peur, d'angoisse et de vide existentiel. Aussi, la reconnaissance   mise à différents degrés par chaque chorégraphe sur mon travail et mon apport au projet ont sans aucun doute contribué à ma capacité à m'adapter et à adopter la visée des chorégraphes, car à l'instar de ce danseur interviewé dans l'étude de Newell et Fortin (2008), je pourrais avancer ceci : « Si tu ne peux pas compter sur le fait que ton chorégraphe travaille avec celui que tu es, tu as déjà perdu quelque chose dans la collaboration. Le respect mutuel a disparu » (p. 103).

#### 5.4.2. Reconnaissance

Les résultats de la présente étude entrent en concordance avec les témoignages de danseurs répertoriés et analysés dans l'étude de Newell et Fortin (2008) ainsi que dans celle du danseur et psychanalyste David Pressault (2011) : ils démontrent en effet le besoin fondamental d'établir une relation avec le chorégraphe qui est ouverte au dialogue et respectueuse de chacun dans son individualité, sans quoi le danseur se d  investit du projet en cours et ne parvient pas à donner du sens à son activité. Si le débat semble aujourd'hui prendre plus d'importance sur la place publique (Newell et Fortin, 2008; Viau, 2010), il n'en reste pas moins que la reconnaissance des interprètes semble encore problématique, voire épineuse. Le besoin de reconnaissance des danseurs pourrait en effet passer pour un débat stérile car   gotique et narcissique. Or, les résultats de ma recherche ont souligné l'importance de la reconnaissance comme élément fondateur de mon adaptation aux trois projets de création afin de



favoriser un contexte de travail sain dans lequel j'ai eu le sentiment de pouvoir m'engager pleinement et en toute confiance. Les résultats de mon étude s'accordent avec les diverses théories développées en psychologie du travail aujourd'hui qui soutiennent que « la reconnaissance au travail est un élément essentiel pour préserver et construire l'identité des individus, donner un sens à leur travail, favoriser leur développement et contribuer à leur bien-être professionnel » (Brun, 2002, p. 20). La reconnaissance, loin d'être un besoin spécifique aux artistes, apparaît ainsi comme un besoin fondamental de tout être humain investi dans une activité professionnelle dans laquelle il dépose sa marque, son geste, sa pensée, son énergie. Dans le cadre des trois processus de création, la reconnaissance que je pouvais ressentir de la part du chorégraphe s'est avérée essentielle à mon bien-être et à mon adaptation dans le projet. Au contraire, pour reprendre le tandem assimilation/accommodation développé par Piaget, l'absence de reconnaissance rendait mon processus d'assimilation inefficace, et j'avais le sentiment de ne pouvoir m'appuyer sur aucune expérience préalable pour accéder à une accommodation transformatrice.

Par ailleurs, l'absence de cette reconnaissance a inévitablement entraîné un manque de confiance interpersonnelle qui, à son tour, a engendré un sentiment de vide ou d'absence de sens dans l'activité. En effet, le manque de reconnaissance ramène à la question du sens de l'expérience : quel est le sens de ma présence dans le processus de création? Pourquoi suis-je là? Quel est le sens de mon investissement dans l'activité si cette présence particulière n'est pas importante?

Envisagée dans une perspective où l'adaptation est entièrement rattachée à la notion de « relation », il semblerait que cette question soit d'une plus grande importance encore : ne pas reconnaître une composante de la relation n'amputerait-il pas le processus de création d'une possibilité de développement? Par ailleurs, une autre question se pose : s'il y a des moments de déséquilibre dans les processus

d'adaptation du danseur, comment sont-ils vécus, acceptés et gérés, que ce soit par le danseur lui-même ou par ses collègues de travail? Un processus de création, normalement excitant et stimulant pour l'interprète, ne semble réalisable que dans un climat de confiance, comme le démontre la recherche effectuée par Newell et Fortin (2008), notamment à travers le témoignage de deux danseurs :

Pour Lise et Paul, un environnement sécurisant et sans jugement est le plus souvent créé par l'acceptation de l'individualité du danseur de la part du chorégraphe et par une flexibilité par rapport aux résultats du travail des danseurs. Tous deux croient qu'un tel environnement offre aux danseurs un plus grand accès à leur propre processus artistique. (p. 108-109)

L'« acceptation de l'individualité de l'interprète » permettrait ainsi à ce dernier de prendre sa place et de trouver une certaine autonomie dans son évolution, autre caractéristique qui semble essentielle pour la création de sens dans une activité professionnelle et qui, dans cette recherche-crédation, est apparue comme un enjeu psychologique important de mon adaptation.

#### 5.4.3. Autonomie

La relation personnelle que je pouvais établir avec chaque œuvre a été importante, je l'ai déjà mentionné, afin de donner du sens à mon activité. À plusieurs reprises au cours des trois processus de création, j'ai ressenti le besoin de me réserver des plages de travail personnel mais aussi de sentir que je pouvais, par ma compréhension du processus de création, prendre des initiatives quant à mon interprétation du matériel (jouer sur le rythme, sur mon regard, sur mon intention, etc.). Or, Clot (2008) met en relief les risques de désaffection qui accompagnent la perte d'autonomie du travailleur :

Vivre au travail c'est donc pouvoir y développer son activité, ses objets, ses instruments, ses destinataires, en *affectant* l'organisation du travail par son initiative. L'activité des sujets se trouve au contraire *désaffectée* lorsque les choses, en milieu professionnel, se mettent à avoir entre elles des rapports qui leur viennent indépendamment de cette initiative possible. Paradoxalement, on agit alors sans se sentir actif. Mais cette désaffectation diminue le sujet, le déréalise, non sans effets quant à l'efficacité même de son action, au-delà des effets sur sa santé. (p. 7)

Cette autonomie, recherchée en complément d'un besoin de reconnaissance, me permettait en effet de sentir que j'étais capable de trouver les ressources nécessaires en moi pour faire face à certaines situations difficiles. Elle me permettait aussi de me centrer sur mon expérience afin de me faire confiance dans les chemins interprétatifs empruntés. Je me rendais compte que certaines attentes et demandes des chorégraphes représentaient une très forte pression de performance et me détournaient de mes sensations, venant parfois les remettre en question. Si au début de chaque processus j'étais ouverte à tous commentaires pouvant m'aider à découvrir l'essence du travail chorégraphique recherché, ouverte totalement à l'autre, je me rendais compte que plus le processus avançait, plus j'avais besoin de trouver une autonomie dans le travail et de retisser une relation avec moi-même me permettant d'accéder à l'œuvre de façon personnelle et cohérente vis-à-vis de mes sensations. Dans sa recherche sur le sens du travail, la santé mentale et l'engagement organisationnel, Estelle Morin précise que l'autonomie apparaît comme une caractéristique requise dans le travail afin de « pouvoir exercer ses compétences et son jugement pour résoudre des problèmes et prendre des décisions qui concernent son travail » (Morin, 2008, p. 23). Afin de bien comprendre cet aspect important du travail pour le bien-être des travailleurs, Morin reprend également le modèle des caractéristiques de l'emploi selon les psychologues Hackman et Oldham :

L'autonomie, c'est-à-dire le degré auquel un travail laisse une bonne marge de liberté, d'indépendance, et de discrétion à la personne pour organiser ses cédulas de travail et pour déterminer les façons de le faire,

entraîne le sentiment de responsabilité pour l'accomplissement des tâches et l'atteinte des objectifs fixés. (Morin, 2008, p. 11)

Mon autonomie me permettait en effet de reconnaître ma responsabilité quant à mon interprétation des œuvres et de me sentir active dans les situations de répétition et de performance. Tout comme le processus d'acquisition de la marche dans la verticalisation représente une étape d'autonomisation importante chez l'enfant, je perçois, à la lumière de l'analyse des données, que mon adaptation à chaque processus de création me conduisait à ce processus d'autonomisation dans ma relation avec l'œuvre et vis-à-vis des chorégraphes, dans une jonction équilibrée entre ce que j'avais pu recevoir et ce que j'étais prête à donner dans mon interprétation. Mon autonomie ne pouvait alors advenir que dans une relation intégrée à mon environnement, relation où je pouvais à la fois me sentir en lien avec chacun des éléments du processus de création et me positionner face à eux. Ce double sentiment d'intégration et d'autonomisation me renvoie à la pensée complexe d'Edgar Morin (2007), qui précise :

On arrive à ce que j'appelle logiquement le complexe d'autonomie-dépendance. Pour qu'un être vivant soit autonome, il faut qu'il dépende de son environnement en matière et en énergie, et aussi en connaissance et en information. Plus l'autonomie va se développer, plus des dépendances multiples vont se développer. (p. 7)

Dans cette citation, une dialogique essentielle au travail de l'interprète est relevée : celle d'autonomie/dépendance. J'ai en effet eu l'impression, et ce, tout au long de mon parcours adaptatif, que plus ma relation aux chorégraphes et aux œuvres se construisait, plus j'étais capable d'aller chercher une autonomie de fonctionnement et, en même temps, que plus je pouvais devenir autonome, plus je pouvais saisir ma relation au contexte et m'y engager avec discernement. Il est intéressant de noter encore une fois le parallèle avec la construction de la relation à la gravité, elle aussi

comprise dans une dialogique autonomie/dépendance. Car, comme le mentionne Straus (2004), l'accession à la verticalité est indéniablement rattachée au processus d'autonomisation de l'enfant par rapport à son environnement tout en lui permettant de pouvoir y agir et y interagir avec une plus grande liberté.

Or, je touche ici à ce qui me semble être, aujourd'hui, une grande part du travail de l'interprète : accepter de se laisser porter et transporter par un univers chorégraphique, mais également accepter de se tenir debout seul, capable de tracer son propre chemin pour entrer dans l'œuvre qui, à son tour, portera et transportera le public.



## CHAPITRE VI

### CONCLUSION

« [...] on ne vit pour s'adapter que parce qu'on s'adapte pour vivre, dans une relation récursive où la seule finalité qui émerge, c'est le vivre. »

(Morin, 2008, p. 47)

En relisant cette phrase d'Edgar Morin, je retourne aux origines de mon désir de recherche sur l'adaptation et la question semble s'ouvrir, se déployer : n'ai-je finalement pas toujours vécu ma pratique d'interprète en danse comme un moyen de m'adapter à la vie, d'y trouver ma place et le sens de ma présence et de mon incarnation? Une question a toujours quelque chose d'éminemment personnel. Et je comprends aujourd'hui avec un peu plus d'acuité ce qui m'a guidée dans ce questionnement sur l'adaptation à différents projets chorégraphiques : un désir de mieux saisir le chemin de vie, d'évolution et de transformation qui est au cœur de cette pratique de soi qu'est la danse, une pratique de soi dans l'ouverture à l'autre. En ce sens, ma plongée expérientielle et théorique au cœur de la question de mon adaptation comme interprète aux processus de création des pièces *Waypoints*, *Dysmorphic Delicious* et *Brenda* a, sans aucun doute, été un chemin d'introspection personnel, mais elle a également été un lieu fort de rencontres, un carrefour au milieu duquel se sont croisés des artistes et des penseurs me permettant d'ouvrir mon regard, et où j'ai tenté une articulation lucide et éclairée de ma pensée sur ma pratique.

Dès le début de ce projet doctoral, j'étais convaincue que ce serait par l'expérience en studio que les pistes de réponses recherchées pourraient surgir. Et effectivement, de mon expérience dans ces trois soli ont émergé des réflexions éclairantes, ouvrant le champ de ma compréhension des défis et des enjeux adaptatifs rencontrés et de l'engagement de ma relation à la gravité à travers eux. Cependant, si cette étude a porté sur mon expérience particulière dans trois processus de création uniques, je souhaite inscrire cette conclusion dans une possible démarche de questionnement des pratiques en cours dans le milieu professionnel et des enjeux de la formation préprofessionnelle de l'interprète.

Faire une thèse de doctorat en interprétation à partir du lieu de ma propre pratique a été, pour moi, une manière de me positionner non seulement dans le *faire* mais aussi dans le *dire*, afin de faire entendre ma voix, qu'elle puisse résonner et encourager également d'autres voix à se faire entendre. Même si chaque expérience vécue dans cette recherche-crédation est singulière, je crois que les résultats obtenus peuvent représenter une fenêtre ouverte sur la compréhension du métier de l'interprète en danse contemporaine, lequel est amené à changer régulièrement de projet et d'équipe de travail. Mes résultats viennent ouvrir des pistes de réflexions sur les exigences de la pratique d'interprétation, dans une perspective de bien-être et de santé physique et psychologique en milieu professionnel, mais également dans une compréhension de la place incontournable de l'interprète dans l'émergence de l'œuvre.

De la même manière, mon nouveau poste de professeure en interprétation au département de danse de l'UQAM m'amène inévitablement à ouvrir ma pensée sur ce qui constituera une grande part de ma pratique professionnelle dans les prochaines années, celle de l'enseignement. Or comment parvenir à concevoir l'adaptation comme un élément fondamental du métier de l'interprète en danse et surtout comment le faire vivre pleinement aux étudiants, futurs artistes en danse?

À travers cette conclusion, je ferai donc un retour sur les résultats de l'étude. J'ouvrirai la réflexion sur des perspectives possibles que je perçois pour le milieu de la danse professionnelle ainsi que pour celui de la formation préprofessionnelle. J'exposerai enfin un intérêt de recherche future, né des idées générées dans cette thèse, et porteur du même désir de mieux comprendre la richesse et la complexité de l'interprétation en danse contemporaine.

### 6.1. Retour sur les résultats

À travers cette étude, je souhaitais comprendre les défis et les enjeux de mon adaptation à différents projets chorégraphiques.

- Par l'utilisation du terme « défi », je désirais mettre en lumière les difficultés que je peux rencontrer comme interprète au cours d'un processus de création, difficultés qui nécessitent une recherche de solutions pour les dépasser. Deux types de défis ont pu être relevés :
  - Les défis techniques, relatifs aux exigences d'effectuation du geste, qui interrogent les écarts entre les attentes des chorégraphes, mes propres attentes et mon incorporation effective du matériel chorégraphique;
  - Les défis relationnels, qui mettent en jeu la relation aux contextes de création et aux chorégraphes particulièrement, dans la mise en place d'une dynamique plus ou moins efficace de communication et d'échange.

- Par l'utilisation du terme « enjeu », je voulais saisir ce qui peut émerger ou se transformer, chez moi, dans mon processus adaptatif. Deux types d'enjeux ont été relevés :
  - Les enjeux psychologiques, qui ont révélé toute la charge émotionnelle sous-jacente au processus adaptatif et desquels ont émergé un besoin de reconnaissance mais également une recherche d'autonomie et de positionnement;
  - Les enjeux créatifs, qui ont mis en évidence ma contribution et mon investissement dans l'œuvre, à travers l'émergence du sens de mon expérience dans le processus de création et dans l'œuvre, émergence associée également à de nouvelles découvertes sensorielles et kinesthésiques.

Dès lors, s'adapter à un projet de création est apparu comme une activité complexe car soumise à la rencontre de nombreux facteurs en interrelations, résonnant avec certains aspects de la théorie de la complexité de Morin (1980) ou encore avec la théorie des systèmes dynamiques telle que présentée par Thelen et Smith (2006). Éclairée par les théories sur l'auto-organisation (Morin, 1980; Thelen et Smith, 2006) et par la pensée de plusieurs psychologues (Chabrol, Séjourné et Callahan, 2012; Piaget, 1967; Tap et Esparbès-Pistre, 2001; Tarquinio et Spitz, 2012), cette étude a permis d'observer que mon processus d'adaptation était porteur de moments de déstabilisation, de déséquilibre, pouvant même aller jusqu'à des moments de crise personnelle. Ces moments sont venus bousculer mes habitudes de gestes et de pensées. C'est à travers ces déséquilibres, du plus léger au plus profond, que je pouvais tendre vers un nouvel état de relative stabilité qui correspondait aux besoins de chaque projet traversé. Ces états de déstabilisation, vécus également comme des moments de réorganisation, sont venus remettre en question, à différents degrés, ma

tendance à appréhender le mouvement, à suggérer un imaginaire, à entrer en relation avec le monde ou encore à me représenter l'acte de création en danse en fonction de la perspective du chorégraphe.

De plus, les résultats de la recherche-crédation ont permis de mettre en évidence l'implication parfois bouleversante, mais toujours déterminante, de la mise en jeu de la relation à la gravité. J'ai en effet pu relever que les enjeux psychologiques de mon adaptation ont été plus prononcés lorsque ma relation à la gravité était éloignée de celle demandée par les chorégraphes. Dans les méthodes de travail utilisées en studio, la focalisation sur le geste hors de mes propres affinités s'est avérée être une source de stress réel, stress nourri à la fois par les attentes du chorégraphe et mes propres exigences au regard de l'appropriation du matériel chorégraphique et susceptible d'engendrer, entre autres, des situations de jugement permanent, d'autodévalorisation ou de frustration. L'analyse des données, particulièrement à travers les journaux de bord et les entrevues personnelles avec Diane Leduc, m'a permis, à chaque processus de création, de mettre en lien la modulation possible de ma relation à la gravité avec la nature de la relation que j'avais avec chaque chorégraphe et avec chaque œuvre créée. Il s'agit ainsi de constater que c'est par la rencontre avec un certain contexte interpersonnel et esthétique ainsi que par les nombreux questionnements qu'elle a suscités qu'ont pu émerger de nouveaux potentiels de gestes. Ces résultats font écho aux théories en psychomotricité qui mettent de l'avant le caractère éminemment relationnel du développement moteur et de la construction de la verticalité chez l'enfant (Wallon, 1949; Ajuriaguerra, 1962; Robert-Ouvray, 1996) ou encore à celles de penseurs qui définissent la posture comme l'expression d'un rapport à un contexte social et culturel (Straus, 2004; Launay et Roquet, 2008; Godard, 1995).

Par ailleurs, au-delà du questionnement sur l'adaptation, la présente étude m'a permis de dégager une compréhension personnelle de la relation à la gravité, aspect non



anticipé au début de la recherche. Au-delà d'une terminologie multiple utilisée par différents auteurs, j'ai découvert que, pour moi, la relation à la gravité correspond certes à une réponse tonique en réaction à la force de pesanteur, mais elle s'exprime surtout dans une relation particulière à l'espace qui, en se déployant entre les axes vertical et horizontal, joue avec une dialogique permanente équilibre/déséquilibre. Ce rapport à l'espace, mis en lumière par la relation à la gravité, a été une découverte significative me donnant un outil de travail efficace qui éclaire les nombreux questionnements que j'avais pu avoir tout au long de mon parcours. En effet, alors que mon attention avait été dirigée, au cours de mes années de formation et de vie professionnelle, sur la sensation du poids dans différentes parties de mon corps, j'appréhende à présent ma relation à la gravité dans une relation dynamique à l'espace, découvrant toutes ses nuances dans les diverses actions menées dans et sur mon environnement. Cette découverte me renvoie à l'un des derniers entretiens d'Hubert Godard (Kuypers, 2006), dans lequel, à la question : « Quelle est la colonne vertébrale de ce que tu questionnes? », il répond :

Je crois que je peux dire aujourd'hui que c'est la notion d'espace. Ce qui m'intéresse, ce n'est pas tellement le corps, mais c'est la relation qu'entretient le corps dans l'espace. [...] La première phase de toute perception et de tout geste consiste en une prise de repères dans l'espace. La manière dont je vais m'orienter va dicter la qualité du geste qui va suivre. (p. 60)

Alors que dans ses premiers articles Godard stipulait que l'organisation du geste, ou le prémouvement, s'inscrivait dans une préparation tonique, il est clair que, dans cette citation, un glissement s'est effectué entre la tonicité et l'espace. Or, c'est un glissement similaire qui a pris littéralement corps dans mon expérience au sein de cette recherche.

Enfin, mon expérience dans les trois pièces m'a conduite à dégager des chemins attentionnels différents suivant les modalités de travail en studio. Accent mis sur l'appropriation du geste pour arriver au sens de l'œuvre, construction du sens de l'œuvre pour accéder au geste ou alternance entre l'un et l'autre : ces modalités d'approches du travail chorégraphique ont façonné mon parcours adaptatif dans des temps différents, progressivement, par paliers ou soudainement. Cependant, si chaque œuvre est venue me chercher différemment – par la technicité dans *Waypoints*, par la réflexivité dans *Dysmorphic Delicious* ou enfin par l'émotivité dans *Brenda* –, dans les trois cas, l'analyse des données a pu mettre en évidence l'importance du sens (celui de l'œuvre et celui de mon parcours dans le processus de création) au cœur de mon expérience adaptative. L'émergence du sens dans mon expérience devenait pour moi un véritable paramètre de contrôle, pour reprendre la terminologie propre aux systèmes dynamiques, c'est-à-dire un élément clé dans la modulation de ma relation à la gravité et dans la résolution des moments de déstabilisation. En effet, pourquoi s'adapter à un processus de création? Pour qui? Pour quoi? Je reprends ici les questions apparues au cours de la recherche et qui me semblent aujourd'hui constituer le cœur de la problématique.

Quoique les discours dominants en danse véhiculent un idéal de dévouement du danseur envers le chorégraphe et envers l'œuvre, ma recherche a soulevé l'importance de la responsabilisation et de l'autonomisation dans mon processus d'adaptation. Cette démarche personnelle me permettait de m'appropriier le sens de mon expérience dans le processus de création et dans l'œuvre, ce qui est apparu une étape également essentielle pour mon appropriation du geste. L'analyse des données a également permis de relever quatre éléments qui se sont avérés primordiaux dans la construction du sens de mon activité :

- La cohérence entre, d'une part, le dire et le faire du chorégraphe, et d'autre part, le sens de l'œuvre et le sens de mon expérience dans le processus de création;
- Le partage/la compréhension des valeurs, entre le chorégraphe et moi;
- La reconnaissance de mon apport dans la création par le chorégraphe;
- L'autonomie de mon rapport à l'œuvre.

Ces résultats soulignent l'importance, dans le vécu de mon processus adaptatif, de mon appropriation du sens de l'activité et entrent en concordance avec plusieurs études réalisées en psychologie du travail sur le bien-être des individus en milieu professionnel (Brun, 2002; Clot, 2008; Morin et Gagné, 2006).

## 6.2. Perspectives sur le milieu professionnel et la formation préprofessionnelle

À la lumière de ces résultats, il me semblerait intéressant d'interroger la pratique professionnelle sur la question du temps, ou plutôt *des temps* de la création. Les contraintes liées à la production de spectacles organisent souvent les répétitions dans un rythme de travail qui ne peut pas prendre en compte le temps d'adaptation nécessaire à chaque interprète, et surtout ne peut être aménagé en fonction de chaque moment de déstabilisation. De plus, tout comme parler de blessures semble tabou dans le milieu professionnel, je me rends compte aujourd'hui que les moments de déséquilibre, de questionnement, voire de crise, n'y sont pas facilement reconnus et que l'on préfère y donner une image de soi efficace, prêt à tout et rapide dans le travail. Cependant, à la lumière de cette étude, je perçois aujourd'hui l'importance de bien comprendre que ces déséquilibres éventuels ne représentent pas des événements pathologiques en soi mais peuvent faire partie d'un processus d'évolution artistique.

Aussi, je me pose aujourd'hui ces questions : comment peut-on reconnaître et accompagner les moments de déséquilibre propres à certaines adaptations en processus de création? Comment peuvent-ils être mieux compris, vécus, acceptés et gérés par le danseur lui-même mais également par ses collègues de travail et le chorégraphe?

La reconnaissance des bouleversements possibles vécus par l'interprète dans la remise en question de sa relation à la gravité me semble un enjeu majeur à prendre en compte dans le milieu professionnel. Si le travail de l'interprète relève de la découverte et de l'exploration hors de ses zones de confort, il s'agit de comprendre l'importance du respect et de l'écoute nécessaires à cette mobilisation. J'interroge ici les méthodes de création en studio et soulève l'importance de la reconnaissance de chacun des artistes dans le travail à accomplir. Si la relation entre l'interprète et le chorégraphe est souvent chargée d'attentes et de désirs, j'ai pu constater dans cette recherche-crédation combien la présence d'une tierce personne (Diane Leduc pour mes entretiens personnels) ou d'un regard extérieur (les spectateurs lors des performances finales) permet d'accéder à une autonomie dans la relation avec l'œuvre et contribue à la résolution des défis adaptatifs rencontrés dans la responsabilisation et la prise de décision face à des choix interprétatifs à prendre. Je crois aujourd'hui indispensable pour le milieu professionnel de s'interroger sur les différentes médiations qui sont possibles dans cet espace relationnel charnière qui se joue entre le chorégraphe et l'interprète et d'où émerge véritablement l'œuvre. Je pense, entre autres, à la place centrale qui peut revenir au directeur des répétitions. À ce propos, le Regroupement québécois de la danse (2013) mentionnait, dans le profil de compétence établi pour cette profession, son rôle particulier dans la gestion du stress et l'importance de ses habiletés interpersonnelles afin d'écouter, de respecter et d'accompagner aussi bien les chorégraphes que les interprètes dans leur processus de création.

La conscientisation des déséquilibres vécus m'a conduite à me positionner et me repositionner pour trouver les pistes de travail correspondant à mes propres besoins. La perspective de Clot (2008), reliant le sens à l'efficiencia de l'activité et au pouvoir d'agir, est venue résonner dans mon expérience, m'amenant à penser la réflexivité de l'interprète comme une part importante de son incorporation du matériel chorégraphique. Dans un article proposant de concevoir la compétence comme un pouvoir adaptatif, Masciotra et Medzo (2006) soutiennent l'idée que la réflexivité, c'est-à-dire « savoir se poser les bonnes questions et problématiser une situation », est « une des caractéristiques d'une personne compétente » (p. 3). Ils précisent l'importance de savoir prendre « un recul réflexif vis-à-vis de la situation que nous cherchons à maîtriser » (p. 3). Penser l'« interprète compétent », capable de s'adapter à n'importe quelle situation, m'amène donc aujourd'hui à reconnaître, dans le milieu de la formation préprofessionnelle, l'importance de développer ce volet réflexif de la pratique. En effet, alors que je suis convaincue de la nécessité de former des interprètes actifs et proactifs dans leur apprentissage, je crois qu'il est essentiel non seulement de leur offrir des outils techniques leur permettant d'agir avec efficacité et raffinement, mais aussi de développer leur réflexivité sur leur pratique, afin de créer du sens dans leur activité et accéder aux sens du geste et à un « pouvoir d'agir » dans toutes les sphères d'activités requises dans ce métier.

L'aboutissement de cette thèse soulève une question essentielle : à quoi et pourquoi forme-t-on des interprètes aujourd'hui? Pour répondre à une certaine esthétique en vigueur sur les scènes professionnelles et/ou pour faire face à des demandes improbables, non conventionnelles, imprévisibles, cherchant à renouveler le langage chorégraphique? Comme piste de réponse à cette question, les résultats de l'étude ont démontré que, dans les deux cas, au-delà d'une esthétique à appréhender, c'est par la teneur de la relation avec chaque chorégraphe qu'une œuvre peut émerger. Au-delà du pluridisciplinaire, du transdisciplinaire ou du fantasme improbable de pouvoir tout



danser, il me semble important de faire comprendre et de faire vivre aux étudiants la complexité de la rencontre avec soi et avec l'autre, mettant en avant les enjeux de communication et d'échange qui seront au cœur de tout travail chorégraphique. Cependant, le « comment » de cette proposition reste encore à être investigué.

### 6.3. Et si la recherche se poursuivait...

Dans cette optique, si l'analyse des données de la présente recherche m'a conduite à m'interroger inlassablement ce qui se passait entre moi et mon environnement afin de comprendre mon processus d'adaptation, j'ouvrirai la conclusion de cette thèse à un possible projet de recherche sur ce que j'appellerai une « éco-corporéité » de l'œuvre, faisant écho au principe d'« écologie d'action » développé par Morin (2007) :

Le principe d'écologie d'action est, à mon avis, central : dès qu'une action entre dans un milieu donné, elle échappe à la volonté et à l'intention de celui qui l'a créée, elle entre dans un jeu d'interactions et de rétroactions multiples et elle va donc se trouver dérivée hors de ses finalités, et parfois même aller dans le sens contraire. (p. 47)

Le principe d'« écologie » entre en résonnance avec mon expérience dans cette recherche-crédation. Si, comme l'écrivent Blandin et al., « le terme écologie (du grec *oikos*, demeure, et *logos*, science) a été proposé par Ernst Haeckel en 1866 pour désigner la science qui étudie les rapports entre les organismes et le milieu où ils vivent » (Blandin, Couvet, Lamotte et Sacchi, [s.d.]), je perçois aujourd'hui l'indispensable regard posé sur ma pratique d'interprétation en danse dans son intégration à un éco-système, à une dynamique d'interrelations. J'ai en effet l'impression, en regardant a posteriori les œuvres créées, que je ne pouvais les comprendre que dans la globalité des éléments qui les avaient portés. Poursuivre l'exploration de cette perspective éco-systémique du travail de création à travers ce

concept à développer d'« éco-corporéité » sera donc, pour moi, l'occasion d'approfondir la question de l'émergence de l'œuvre comme résultat même des interactions vécues, le processus de création devenant un monde en soi, lieu de la rencontre de corporéités nées elles-mêmes d'expériences et de rencontres diverses. Mon intuition est que cette recherche contribuera au questionnement sur la place de l'interprète dans la création chorégraphique. Sera-t-il alors encore pertinent de chercher à connaître l'auteur réel d'une œuvre chorégraphique, dans le sens de sa matière même, c'est-à-dire de son éco-corporéité? Ne s'agira-t-il pas au contraire de valoriser une pensée ouverte sur la compréhension de la porosité de la rencontre des différents éléments constitutifs d'un processus de création, qui permet l'émergence de chaque œuvre comme unique et singulière?

Puisqu'il s'agit de conclure, je choisis d'arrêter là la pensée. J'accepte de fermer la dernière page, même si le lecteur comprendra ici que le mouvement de ma réflexion continuera d'évoluer au même titre que celui de la danse qui m'habite. Et si la recherche sur l'interprétation en danse est un champ vaste de l'art chorégraphique, elle représentera toujours pour moi une porte d'entrée privilégiée pour mieux comprendre l'humain en action et en interaction.

ANNEXE A

AFFICHES DES PRÉSENTATIONS PUBLIQUES

**K E E N A N**

CHORÉGRAPHE  
**KELLY KEENAN**

X3 PROJET DE RECHERCHE-CRÉATION EN INTERPRÉTATION DE

JOHANNA  
**BIENNAISE**

**X3**



12 FÉVRIER 2010 • 18 h 30 • ENTRÉE LIBRE  
PISCINE-THÉÂTRE, PAVILLON DE DANSE • 840, RUE CHERRIER

Chorégraphie de  
**DANSE**  
**UQAM**  
2010-2011

**UQAM**  
Université du Québec  
Montréal • Québec • Trois-Rivières

Centre de la danse  
et du mouvement  
**Québec**

**STAMOS**

CHORÉGRAPHE  
**GEORGE STAMOS**

**X3** PROJET DE RECHERCHE-CRÉATION EN INTERPRÉTATION DE

JOHANNA  
**BIENNAISE**



**X3**

16 AVRIL 2010 • 18 h 30 • **ENTRÉE LIBRE**  
PISCINE-THÉÂTRE, PAVILLON DE DANSE • 840, RUE CHERRIER





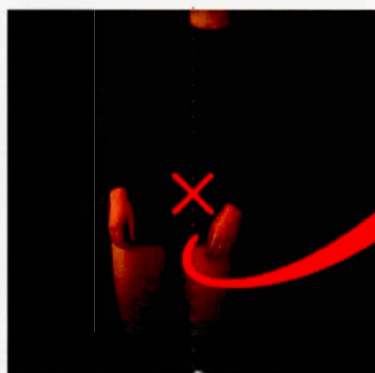
# PASCOLI

CHORÉGRAPHE  
ANNE-MARIE PASCOLI

X3 PROJET DE RECHERCHE-CRÉATION EN INTERPRÉTATION DE

JOHANNA  
BIENNAISE

X3



11 JUIN 2010 • 18 h 30 • ENTRÉE LIBRE

PISCINE-THÉÂTRE, PAVILLON DE DANSE • 840, RUE CHERRIER





## ANNEXE B

### PROGRAMMES DES SOIRÉES DE PRÉSENTATION PUBLIQUES

**K E E N A N**

CHORÉGRAPHE

**KELLY KEENAN**

X3 PROJET DE RECHERCHE-CRÉATION EN INTERPRÉTATION DE

JOHANNA BIENNAISE

X3



12 FÉVRIER 2010 • 18 h 30 • ENTRÉE LIBRE  
PRCSM-THÉÂTRE, PAVILLON DE DANSE - 840, RUE CURRIER

**STAMOS**

CHORÉGRAPHE

**DEBORAH STAMOS**

BIENNAISE



12 FÉVRIER 2010 • 18 h 30 • ENTRÉE LIBRE  
PRCSM-THÉÂTRE, PAVILLON DE DANSE - 840, RUE CURRIER

Marianne Thériault est bachelière de l'UQAM en critique et dramaturgie (2005) et diplômée du profil de scénographie de l'École Nationale de théâtre du Canada (2008). Elle conçoit des costumes pour l'opéra : *C'est pas juste de Monast* (Anders lyrique de l'Opéra de Montréal, mars 2009), *L'été qui dans, la jeunesse qui danse et l'automne qui dit la vérité de Gilles Tremblay* (Chants illusoires, novembre 2009) et pour le théâtre : *Le Grand Voyage de Petit Roubert* (Théâtre de la Vieille 17, mai 2009), *Nécessité* (Compagnie Matériaux Composites, janvier 2010).

Rasmus Sylvest

Né au Danemark, Rasmus Sylvest a travaillé pour des compagnies de danse et de théâtre au Danemark et au Canada comme concepteur lumière, directeur technique, régisseur et directeur de tournée. Depuis 2001, il a travaillé pour le Danish Dance Theatre (DK), Recoll Group/Théâtre Turgenev (DK), Mente Corp (DK), Living Creatures/Comilla Stage (DK), Stilleben/Anders Christensen (DK), Tim Foldmann/Wilds (DK) and Pernille Gerde (DK). En 2007 Rasmus s'installe à Montréal et a collaboré avec Système D/Dominique Porte, Piel Projects/Eoin Flynn, Thos Patterson et Andrew Tey et Saaba Klempfner pour l'événement *Pier in the Pool*.

À SUIVRE : Le 16 avril 2010

Nous souhaitons remercier l'appui financier du Fonds Québécois de la Recherche en Science et Culture et de la Faculté des Arts (Département du Doctorat en Études et Pratiques des arts) ainsi que le Département de Danse de l'UQAM pour le prêt des studios.

Graphisme : Christian Bélanger - <http://christianbelanger.com/>

### X3 - Un projet de recherche-crétation en interprétation

Les défis de l'interprète en danse contemporaine aujourd'hui sont nombreux : changer régulièrement de projets de création, de champs gestuels, d'imaginaires, de partenaires de jeu. Au-delà de la polyvalence chèrement souhaitée au cours de sa formation, le danseur est amené à chaque nouvelle création à s'adapter à de nouvelles situations de travail. Il est invité à découvrir de nouveaux potentiels en lui. Mais il est également appelé à reconnaître son apport personnel au processus créatif, donnant une orientation plus personnelle à la trajectoire de l'œuvre. X3, projet de recherche-crétation en interprétation, amène l'interprète à vivre trois processus de création solo avec trois chorégraphes différents : Kelly Keenan, George Simos et Anne-Marie Pascoli (France) entre janvier et juin 2010. Il s'agit alors d'observer en quoi consiste cette adaptabilité à l'œuvre, d'en déceler les principales caractéristiques. Un aspect particulier sera plus précisément observé : comment la modulation de son organisation gestuelle peut-elle participer à son adaptabilité et jusqu'à quel point est-elle réellement possible.

Cette recherche est menée dans le cadre du programme de Doctorat en Études et Pratiques des Arts de l'UQAM, sous la direction de Nicole Harbonnier et la codirection de Sylvie Fortin, toutes deux professeures au Département de Danse de l'UQAM.

Jury de la thèse : Domenico Masciotta, Andrée Martin, Marion Lemaire, Nicole Harbonnier et Sylvie Fortin.

---

**Chorégraphie :** Kelly Keenan - Interprétation et collaboration à la création : Johanna Biennaise - Musique : Eric Craven - Costumes : Marianne Thériault - Lumières : Ramus Sylvest

---

**Mot de la chorégraphie - Kelly Keenan**  
*Waypoint - Choreographic Process*

As in sea travel, set a desired destination, then a series of 'waypoints'.  
 navigational references used by sea farers between major points to keep on route.

Storms happen, wind dies, pirates are real, temptation and curiosity pull, errors are made, doors close, doors open, fish fly ...

Whatever happens go and keep going  
 Wherever you arrive, you are, and with the history of the unpredictable journey that brought you there.

Kelly Keenan est diplômée des Ateliers de Danse Moderne de Montréal en 2001 et mène depuis une carrière d'interprète au Québec et en Europe. Elle a ainsi dansé pour plusieurs chorégraphes dont Lynda Gaudreau, Saba Kleinplatz, Frey Faust, Francesca Petulla ou encore Elin Flynn. Comme chorégraphe, c'est le solo *Silabus* (2007), qui marque le début de ses propres créations. Kelly travaille présentement sur une nouvelle création *Spiral* avec la danseuse et chorégraphe américaine Kim Kirsch. La démarche chorégraphique de Kelly se base sur sa pratique de la méthode Axis Syllabus dont elle est instructeur certifié. L'Axis Syllabus est une méthode de mouvement créée par Frey Faust basée sur des principes scientifiques du mouvement et de la recherche médicale. À Montréal, Kelly enseigne au Studio 303, au Regroupement québécois de la danse, à Ladrum, à Concordia et offre également des classes régulières à la communauté de la danse. Elle a également été invitée à enseigner dans des institutions internationales comme TanzQuartier et Tanzpool, à Vienne, Nomadic College (Italie/Hongrie/Tchéquie), Studio Hybrid à Bruxelles, Compagnie Lanouina, à Barcelone, l'Université Yıldız et l'Université Mimar Sinan, toutes deux à Istanbul.

Johanna Biennaise a reçu sa formation en danse jazz, classique et contemporaine à Aix-en-Provence (France). En 2001, elle obtient un diplôme d'état de professeure de danse contemporaine puis se perfectionne en tant qu'interprète au centre chorégraphique national de Montpellier. Installée à Montréal depuis août 2002, elle s'est jointe à la compagnie FLAK de José Nerys de 2002 à 2004. On a pu par la suite la voir dans le travail de chorégraphes et metteurs en scène indépendants : Tracy McNeil, Monique Romelko, Erin Flynn, Kaya Montaigne, Anne-Sophie Rouleau. De 2006 à 2007, Johanna participe en tant qu'interprète et collaboratrice au projet de recherche-crétation de *L'Abécédaire des corps dansés*, dirigé par Andrée Martin. Elle a également été membre de la 2<sup>e</sup> Porte à Gauche de 2006 à 2009 au sein de laquelle elle a participé à différents projets de création in situ. Parallèlement à sa carrière d'interprète Johanna a obtenu une maîtrise en danse à l'UQAM en 2007 et poursuit un doctorat en Études et Pratiques des Arts. En décembre 2009, elle a participé comme interprète à l'Atelier Chorégraphique de Montréal Danse avec le chorégraphe Michael Permenter.

Eric Craven - Originaire de la côte ouest du Canada, Eric vit et travaille à Montréal comme compositeur et percussionniste. Pour la danse, il a composé la musique des spectacles de Anne Henderson, Peter Trouzmet, Catherine Lippcombe, Claudia Rancello et Elin Flynn. De 2000 à 2006, il a été percussionniste pour le duo expérimental *Hingsley*, produisant trois albums sur l'étiquette *Contestation* et participant à une tournée au Canada, aux États-Unis et en Europe. Il a alors eu la chance de collaborer avec des artistes tels que Hristi, *Sjalar Mi Zina*, Tony Conrad, Patsy Smith, Tom Verhaine, Sixtoo, Vic Chesnutt, Mark Mohr et Jürgen De Bloude.

Marianne Thérisault est becheillère de FUQAM en critique et dramaturgie (2005) et diplômée du profil de scénographie de l'École Nationale de théâtre du Canada (2008). Elle conçoit des costumes pour l'opéra : *C'est fin l'été de Mozart* (Ateliers lyriques de l'Opéra de Montréal, mars 2009), *L'ami qui danse, la femme qui chante et l'oiseau qui dit la vérité* de Gilles Tremblay (Chants libres, novembre 2009) et pour le théâtre : *Le Grand Voyage de Petit Rocher* (Théâtre de la Vieille 17, mai 2009), *Mirabelle* (Compagnie Matériaux Composites, janvier 2010).

**Rasmus Sylvest**  
Né au Danemark, Rasmus Sylvest a travaillé pour des compagnies de danse et de théâtre au Danemark et au Canada comme concepteur lumière, directeur technique, régisseur et directeur de tournée. Depuis 2001, il a travaillé pour le Danish Dance Theatre (DK), Recoil Group/Tina Timpgaard (DK), Muse Comp (DK), Living Creatures/Candela Stage (DK), Sillebeu/Anders Christensen (DK), Tim Feldmann/Wilds (DK) and Pernille Gerde (DK). En 2007 Rasmus s'installe à Montréal et a collaboré avec Système D/Dominique Poiré, Pixel Projects/Brian Flynn, Thea Patterson et Andrew Tay et Sasha Kleinplatz pour l'événement *Pier in the Pool*.

À SUIVRE : Le 11 juin 2010

**PASCOLI**  
ANNE-MARIE PASCOLI  
CHOREGRAPHE  
18 AVRIL 2010 • 18 h 30 • ENTRÉE LIBRE  
PROJON-THÉÂTRE, PAVILLON DE DANSE • 840, RUE CHENIER



Nous remercions l'appui financier du Fonds Québécois de la Recherche en Science et Culture et de la Faculté des Arts (Programme du Doctorat en Études et Pratiques des arts) ainsi que le Département de Danse de FUQAM pour le prêt des studios et Adèle Taber pour la captation vidéo.

Graphisme : Christian Bélanger - <http://christianbelanger.com/>

**STAMOS**  
CHOREGRAPHE  
GEORGE STAMOS  
X3 PROJET DE RECHERCHE-CRÉATION EN INTERPRÉTATION DE  
JOHANNA BIENNAISE  
X3  
18 AVRIL 2010 • 18 h 30 • ENTRÉE LIBRE  
PROJON-THÉÂTRE, PAVILLON DE DANSE • 840, RUE CHENIER



### X3 - Un projet de recherche-crétion en interprétation

Les défis de l'interprète en danse contemporaine aujourd'hui sont nombreux : changer régulièrement de projets de création, de champs gestuels, d'imaginaire, de partenaires de jeu. Au-delà de la polyvalence chèrement souhaitée au cours de sa formation, le danseur est amené à chaque nouvelle création à s'adapter à de nouvelles situations de travail. Il est invité à découvrir de nouveaux potentiels en lui. Mais il est également appelé à reconnaître son apport personnel au processus créatif donnant une orientation plus personnelle à la trajectoire de l'œuvre. X3, projet de recherche-crétion en interprétation, amènera l'interprète à vivre trois processus de création solo avec trois chorégraphes différents : Kelly Keenan, George Stamos et Anne-Marie Pascoli (France) entre janvier et juin 2010. Il s'agira alors d'observer en quoi consiste cette adaptativité à l'œuvre, d'en décoder les principales caractéristiques. Un aspect particulier sera plus précisément observé : comment la modulation de son organisation gestuelle peut-elle participer à son adaptativité et jusqu'à quel point est-elle réellement possible.

Cette recherche est menée dans le cadre du programme de Doctorat en Études et Pratiques des Arts de l'UQAM, sous la direction de Nicole Harbonnier et la codirection de Sylvie Fortin, toutes deux professeures au Département de Danse de l'UQAM.

Jury de la thèse : Domenico Masciotra, Andrée Martin, Manon Léves, Nicole Harbonnier et Sylvie Fortin.

**Chorégraphie :** George Stamos - **Interprétation et collaboration à la création :** Johanna Bienaise - **Texte :** George Stamos et Johanna Bienaise - **Musique :** Owen Chapman - **Costumes :** George Stamos et Marianne Thériault - **Lumières :** Rasmus Sylvest

### Mot du chorégraphe - George Stamos

*Dimorphic Delicous* - Choreographic Process

"*Dimorphic Delicous* is in part an investigation into consumerist behavior and a relationship between the product and the body. Another important aspect of this research has been a questioning of how marketing machines, trauma, addictions, neurosis and/or societal pressures can inspire the invention of "prosthetic egos" in the individual. These "prosthetic egos" becoming perversions and/or extensions of the self and driving the body to rebellion thru movement and sensation".

Le chorégraphe et directeur artistique George Stamos est reconnu pour sa conception de mouvements intensément physiques et son utilisation sophistiquée de l'humour. Mettant en vedette des performeurs dynamiques dans sa pratique chorégraphique, George Stamos tire beaucoup de son expérience en tant que danseur et artiste de performance. Diplômé de la School For New Dance Development à Amsterdam en 1993, il travaille sur plusieurs productions à l'extérieur du Canada avant de s'établir à Montréal en 1998. Depuis, ses œuvres chorégraphiques ont été présentées fréquemment à Montréal et ont tourné au Canada et en Europe. George Stamos a travaillé en tant que danseur/performeur avec d'autres chorégraphes dont David Neumann, Koosil-ja (aussi connue sous le nom de Kumiko Kimoto), Benoit Lachambre, José Navas, Danielle Desnoyers, Isabelle Van Grinda, Sara Shelton Mann, Mariko Tanabe, Roger Sinha et Lynda Gaudreau, en plus de performer dans ses propres chorégraphies. Il crée actuellement un duo intitulé *Cloak* avec la danseuse/performeuse/chanteuse Clara Furey qui sera diffusé en grande première au Centre des Arts Baryslinikov de New York en juin 2010.

Johanna Bienaise a reçu sa formation en danse jazz, classique et contemporaine à Aix-en-Provence (France). En 2001, elle obtient un Diplôme d'État de professeur de danse contemporaine puis se perfectionne en tant qu'interprète au Centre Chorégraphique National de Montpellier. Installée à Montréal depuis août 2002, elle a dansé pour la compagnie FI-AR de José Navas de 2002 à 2004. Elle a par la suite travaillé avec des chorégraphes et metteurs en scène indépendants dont Tracy McNeil, Monique Romeiko, Erin Flynn, Katya Monnigiac ou encore Anne-Sophie Rouleau. De 2006 à 2007, Johanna participe en tant qu'interprète et collaboratrice au projet de recherche-crétion de l'*Abtélum du corps dansant*, dirigé par Andrée Martin. Elle a également été membre de la 2<sup>e</sup> Porte à Gauche de 2006 à 2009 au sein de laquelle elle a collaboré à différents projets de création in situ. En décembre 2009, elle a participé comme interprète à l'Atelier Chorégraphique de Montréal Danse avec le chorégraphe Michael Parmentier. Parallèlement à sa carrière d'interprète, Johanna a obtenu une maîtrise en danse à l'UQAM en 2007 et poursuit un Doctorat en Études et Pratiques des Arts à l'UQAM.

Owen Chapman est professeur en production sonore au Département des communications de l'Université Concordia. En tant qu'artiste, son travail s'étend de la performance interdisciplinaire (intégrant de la musique originale, de la projection vidéo et du DJing) à la composition en studio. Il a publié de nombreux articles à propos de l'échantillonnage sonore et composé au niveau international pour la radio, l'art visuel et la danse contemporaine. Ses recherches et projets de création ont reçu le soutien financier du FQRSC, de l'Hexagramme et du Conseil du Canada. En 2007, Owen Chapman a été le premier au Canada à obtenir un Doctorat en recherche-crétion sonore grâce au programme conjoint de l'Université de Montréal, de l'UQAM et de Concordia.



# PASCOLI

CHOREGRAPHE ANNE-MARIE PASCOLI

**Rasmus Sylvest**  
Né au Danemark, Rasmus Sylvest a travaillé pour des compagnies de danse et de théâtre au Danemark et au Canada comme concepteur lumière, directeur technique, régisseur et directeur de tournée. Depuis 2001, il a travaillé pour le Danish Dance Theatre (DK), Recoll Group/Tina Torgsgaard (DK), Mente Comp (DK), Living Creatures/Camilla Sage (DK), Stilleben/Anders Christensen (DK), Tim Feldmann/Wilda (DK) and Pernille Garde (DK).  
En 2007 Rasmus s'installe à Montréal et a collaboré avec Systèmes D/Dominique Poiré, Fixel Projects/Elin Flynn, Thea Patterson et Andrew Tey et Setha Klampéitz pour l'événement *Pier in the Pool*.

**À SUIVRE : Le 1<sup>er</sup> juillet 2010**  
**Présentation de la version intégrale de X3 à CitéDance (Grenoble/France)**



Nous souhaitons remercier l'appui financier du Fonds Québécois de la Recherche en Science et Culture et de la Faculté des Arts (Département du Doctorat en Études et Pratiques des arts) ainsi que le Département de Danse de l'UQAM pour le prêt des studios.

La Compagnie Pascoli est soutenue dans le cadre du projet "X3" et de ses activités à Montréal par le Service Culturel du Consulat de France à Québec / Antenne de Montréal.

La Compagnie Pascoli a reçu pour l'ensemble de sa tournée canadienne le soutien de la Région Rhône Alpes / Dispositif FIACRE Mobilité Internationale et de la SPEDIDAM / Division culturelle - Aide aux déplacements internationaux

Un merci à Adel pour la captation vidéo des trois soli et pour tout le reste...  
Parce qu'il y a des présences indispensables...

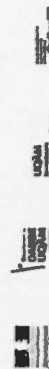
Graphisme : Christian Bédarret - <http://chris.bedarret.com/>

X3  
JOHANNA  
BIENNAISE

X3 PROJET DE RECHERCHE-CRÉATION EN INTERPRÉTATION DE



11 JUIN 2010 - 18 h 30 - ENTRÉE LIBRE  
PISCINE-THÉÂTRE POPULAIRE DE DANSE - 840, RUE CHÉROBER





### X3 - Un projet de recherche-crétion en interprétation

Les défis de l'interprète en danse contemporaine aujourd'hui sont nombreux : changer régulièrement de projet de création, de champs gestuels, d'imaginaire, de partenaires de jeu. Au-delà de la polyvalence chèrement souhaitée au cours de sa formation, le danseur est amené à chaque nouvelle création à s'adapter à de nouvelles situations de travail. Il est invité à découvrir de nouveaux potentiels en lui. Mais il est également appelé à reconnaître son apport personnel au processus créatif, donnant une orientation plus personnelle à la trajectoire de l'œuvre. X3, projet de recherche-crétion en interprétation, amènera l'interprète à vivre trois processus de création solo avec trois chorégraphes différents : Kelly Keenan, George Samos et Anne-Marie Pascoli (France) entre janvier et juin 2010. Il s'agit alors d'observer en quoi consiste cette adaptativité à l'œuvre, d'en déceler les principales caractéristiques. Un aspect particulier sera plus précisément observé : comment la modulation de son organisation gestuelle peut-elle participer à son adaptativité et jusqu'à quel point est-elle réellement possible.

Cette recherche est menée dans le cadre du programme de Doctorat en Études et Pratiques des Arts de l'UQAM, sous la direction de Nicole Harbonnier et de Sylvie Fortin, toutes deux professeures au Département de Danse de l'UQAM.

Jury de la thèse : Domenico Masciotra, Andrée Martin, Mason Lewis, Nicole Harbonnier et Sylvie Fortin.

**Chorégraphie :** Anne-Marie Pascoli - **Interprétation :** Johanna Bienaise -  
**Musique :** Sons extraits de "Terres Exotiques", Chansons: SEREQ, Brenda  
**LEE - Costumes :** Anne-Marie Pascoli - **Lumière :** Rasmus Sylvest

Mot de la chorégraphie - Anne-Marie Pascoli  
 Brenda

Il faudrait beaucoup de mots pour parler de moi, de Johanna, des circonstances de cette rencontre et de l'improbable existence de Brenda. Alors plutôt les mots d'un autre : "Quelque chose se passe, et du moment que cela a commencé, rien ne sera plus pareil. Un corps entre en mouvement. Ou reste immobile. S'il se meut, quelque chose commence. S'il reste immobile, quelque chose commence aussi." (Paul Auster, *Leviathan*)

Situations de travail extraites des chorégraphies déterminantes dans le parcours de la compagnie :

- *L'anglais* - 1994, Centre Chorégraphique George Pompidou, Paris
- *La stratégie de la Tige* - 2001, Biennale du Val de Marne

Merci à Johanna d'incarner et arriver à travers ce solo des temps forts de ma vie d'artiste.

**Anne-Marie Pascoli** - Entrée au conservatoire de Grenoble en 1968, Anne-Marie Pascoli se tourne vers la danse contemporaine après un cursus complet de formation classique. Jusqu'en 1985, elle mène formation, enseignement, interprétation auprès de chorégraphes tels que K. Crémone, M. Berns, le Théâtre du Mouvement, H. Diasna, C. Carlson, et bien d'autres. A New-York et Boston, elle rencontre le travail de Susan Rose (formation B. Lewinsky), Merce Cunningham, ainsi que divers plasticiens américains. En parallèle, elle obtient une licence en biologie et un D.E de psychomotricité.

Dès 1986, la nécessité d'une recherche plus personnelle l'amène à étudier et à pratiquer des techniques de conscience corporelle telles que la méthode Feldenkrais, l'autonomie et le Tai Chi. Pratiques qu'elle relie très vite à ses explorations du mouvement dansé. À partir de 1989, Anne-Marie travaille régulièrement avec les interprètes qui vont former la compagnie. À ce jour, c'est une vingtaine de créations qui ont vu le jour, des tournées en France et à l'étranger.

Depuis 1996, à travers les créations in situ, c'est tout une nouvelle dimension du rapport œuvre/publics qu'elle questionne et met en pratique. De la même manière, elle questionne l'écriture chorégraphique en développant, de concert, des travaux très écrits et la permanence d'une exploration de l'improvisation et de la composition instantanée. Les sources de cette recherche, Anne-Marie Pascoli les trouve dans la physiologie du mouvement et à travers des approches données par les « release techniques » et des éléments du « Body-Mind-Centering ».

Site Internet à consulter : <http://www.compagnie-pascoli.com/>

Johanna Bienaise a reçu sa formation en danse jazz, classique et contemporaine à Aix-en-Provence (France). En 2001, elle obtient un diplôme d'état de professeur de danse contemporaine puis se perfectionne en tant qu'interprète au centre chorégraphique national de Montpellier. Installée à Montréal depuis août 2002, elle s'est jointe à la compagnie FLAK de José Nerys de 2002 à 2004. On a pu par la suite la voir dans le travail de chorégraphes et metteurs en scène indépendants : Tracy McNeil, Monique Romeiko, Erin Flynn, Kaya Montaigne, Anne-Sophie Rouleau. De 2006 à 2007, Johanna participe en tant qu'interprète et collaboratrice au projet de recherche-crétion de *L'Alchimie du corps dansé*, dirigé par Andrée Martin. Elle a également été membre de la 2<sup>e</sup> Porte à Gauche de 2006 à 2009 au sein de laquelle elle a participé à différents projets de création in situ. Parallèlement à sa carrière d'interprète Johanna a obtenu une maîtrise en danse à l'UQAM en 2007 et poursuit un doctorat en Études et Pratiques des Arts. En décembre 2009, elle a participé comme interprète à l'Atelier Chorégraphique de Montréal Danse avec le chorégraphe Michael Parmenter.

## ANNEXE C

### FORMULAIRES DE CONSENTEMENT ÉTABLI ENTRE LA CHERCHEUSE ET KELLY KEENAN, GEORGE STAMOS ET ANNE-MARIE PASCOLI

#### FORMULAIRE DE CONSENTEMENT DANS LE CADRE D'UN PROJET DE RECHERCHE DOCTORAT EN ÉTUDES ET PRATIQUES DES ARTS

##### INFORMATIONS GÉNÉRALES

IDENTIFICATION DE L'ÉTUDIANT	
Nom :	<u>BIENNAISE</u>
Prénom :	<u>JOHANNA</u>
Courriel :	<u>johannabiensise@yahoo.com</u>
Téléphone :	<u>(514) 528-6038</u>
Titre de la thèse : <u>L'adaptativité du danseur contemporain: Expérience d'une danseuse à travers trois projets chorégraphiques (titre provisoire)</u>	
Directeur (et codirecteur) de recherche : <u>Nicole Harbonnier (Directrice) et Sylvie Fortin (codirectrice)</u>	

IDENTIFICATION DU PARTICIPANT	
Nom :	_____
Prénom :	_____
Courriel :	_____
Téléphone :	_____

##### DESCRIPTION DU PROJET

Mon projet de création-interprétation consiste à réaliser trois solos de danse contemporaine (de vingt minutes chacun environ) créés par trois chorégraphes différents. Le but est d'observer les processus d'adaptation que je traverserai comme interprète afin d'incorporer ces trois univers chorégraphiques distincts.

##### PROCÉDURE

--

La participation à ce projet implique la présence de chaque chorégraphe en studio pour 60 heures de répétition ainsi que trois heures supplémentaires de présence avec le concepteur d'éclairage. Les chorégraphes seront filmés au cours de chacune des répétitions à des fins de collecte de données. Ces images seront un outil de travail pour la recherche. Par ailleurs, un montage vidéo sera effectué à partir de ces captations afin de servir de document d'accompagnement de la thèse. Enfin, chaque solo fera l'objet d'une présentation publique à la fin du processus de création. Les solos seront alors filmés dans leur entier. De plus, chaque chorégraphe participera à une entrevue avec la chercheuse d'une durée d'une heure environ. Cette entrevue sera enregistrée et retranscrite à des fins d'analyse de données. .

Dans le cadre du projet, les sujets

- ☐ répondent à un questionnaire écrit
- ☒ sont interviewés
- ☐ sont évalués sur les plans physique, psychologique ou intellectuel
- ☒ sont filmés
- ☐ sont photographiés
- ☐ sont enregistrés

## RISQUES

Les chorégraphes-participants pourraient se blesser en dansant.

## CONFIDENTIALITÉ

Les chorégraphes-participants acceptent que leur identité soit divulguée lors de la présentation des œuvres ainsi que dans le document écrit de la thèse. Cependant seuls mes directeurs de recherche et moi-même auront accès aux coordonnées des participants. Je m'engage à soumettre aux chorégraphes la transcription de leur entretien à des fins de corroborations.

## PARTICIPATION VOLONTAIRE

La participation à ce projet est volontaire. Cela signifie que les sujets acceptent de participer au projet sans aucune contrainte ou pression extérieure, et que par ailleurs, ils sont libres de mettre fin à leur participation en tout temps au cours de cette recherche. Dans ce cas, les renseignements les concernant seront détruits. Pour tout renseignement additionnel, plainte ou critique face au projet de recherche, Les chorégraphes pourront s'adresser à la chercheuse. Dans l'éventualité où la plainte ne peut lui être adressée, il sera possible de faire valoir ma situation auprès de la directrice, madame Nicole Harbonnier-Topin au 514-987-3000 poste 2455, à la co-directrice madame Sylvie Fortin

514-987-3000 poste 3499 ou au directeur de programme monsieur Pierre Gosselin au  
514-987-3000 poste 7613

#### COMPENSATION FINANCIÈRE

Les chorégraphes recevront une rémunération pour leur participation de 1 500\$. Cependant, s'ils souhaitent mettre fin à leur participation avant la fin du processus de création, aucune rémunération ne pourra leur être remise.

#### ENGAGEMENT DE L'ÉTUDIANT

Signature : \_\_\_\_\_ Date : \_\_\_\_\_

Nom : \_\_\_\_\_ Lieu : \_\_\_\_\_

#### CONSENTEMENT DU PARTICIPANT

Je reconnais avoir lu le présent formulaire de consentement et consens volontairement à participer à ce projet de recherche. Je reconnais aussi que le responsable du projet a répondu à mes questions de manière satisfaisante et que j'ai disposé suffisamment de temps pour réfléchir à ma décision de participer. Je comprends que ma participation à cette recherche est totalement volontaire et que je peux y mettre fin en tout temps, sans pénalité d'aucune forme, ni justification à donner. Il me suffit d'en informer le responsable du projet.

Signature : \_\_\_\_\_ Date : \_\_\_\_\_

Nom : \_\_\_\_\_ Lieu : \_\_\_\_\_

Note pour l'étudiant : Inclure une copie de ce formulaire à votre examen de projet. Lorsque le formulaire sera complètement rempli par le participant, lui remettre une copie et conserver l'original.



## ANNEXE D

### EXTRAIT DE MON ANALYSE PRÉLIMINAIRE DE MA RELATION À LA GRAVITÉ

#### Tonicité musculaire :

Je me sens à l'aise le plus souvent dans un tonus musculaire que je qualifierai de « médium ». C'est-à-dire ni trop relâché ni trop tendu. Je reconnais une certaine difficulté à me relâcher complètement (mais jusqu'à quel point est-ce possible?). Inversement, je peux aller dans certaines contractions extrêmes dans des attaques de mouvement (comme une impulsion assez explosive), mais c'est un état de tonicité que je ne peux garder très longtemps. Mon endurance tonique me semble alors assez faible.

[...]

#### Coordination :

Mon centre du mouvement me semble être davantage au niveau du plexus solaire que du bassin. Je me sens ainsi plus à l'aise avec le centre de lévité plutôt que le centre de gravité. Bien qu'étant dans le repoussé, je me considère en affinité avec une manière descendante d'aborder le mouvement, prenant appui sur ma cage thoracique. Je me sens ainsi en résonance avec la description qu'Hubert Godard donne de Fred Astaire : il « commence toujours par un mouvement d'orientation dans l'espace, regard, tête ou bras : cela provoque d'abord une extension, une suspension (mouvement excentrique), puis entraîne un déséquilibre qui est ensuite stabilisé par un mouvement de jambes vers le sol. Il organise son rapport à la gravité de haut en bas, du dehors vers le dedans ». Au niveau de l'initiation du mouvement, cette tendance m'amène donc à commencer le mouvement le plus souvent par le regard, un appui dans l'espace extérieur ou par une impulsion qui vient de la ceinture scapulaire ou des bras. Dans le développement du mouvement, je me sens parfois par bloc : jambes, bassin, tronc, tête, bras. Il me semble que je pourrais développer plus de micro mobilités au niveau de chaque articulation (surtout la colonne vertébrale). Enfin, je compense très souvent un manque au niveau de l'amplitude des hanches avec l'effacement de la courbure lombaire. Cette zone est alors souvent courbe ou figée. La fixation de cette zone est également liée à une blessure que j'ai eu



à 17 ans (2 hernies discales) et qui m'a laissé des instabilités lombaires que je dois contrôler.

La référence verticale de mon dos semble également très prégnante. Beaucoup de personnes (pairs et spectateurs) pensent d'ailleurs que je viens d'une formation classique par l'observation de mon port de tête et de dos.

#### Qualité du mouvement :

À partir des théories d'analyse du mouvement de Laban, je me considère en affinité avec un poids léger ( $\neq$  poids fort). Si l'on associe le facteur poids à l'espace vertical, le haut m'a toujours semblé assez facile et le bas m'a toujours semblé une difficulté. J'ai du mal à me sentir « plombée » ou ancrée vers le sol. Par ailleurs, le facteur espace me paraît beaucoup plus aisé. Je me sens à l'aise aussi bien dans un regard direct qu'indirect (avec préférence pour le direct). Et l'utilisation du regard, quel qu'il soit, est souvent un allié dans l'effectuation de mes mouvements. Je pense avoir de la facilité à danser avec amplitude (hauteur de saut, grand déplacement dans l'espace) et à avoir plus de difficulté à trouver une amplitude intérieure. Cependant, de façon contradictoire, étant très émotive dans mon approche de la danse, il me semble également que souvent, mes mouvements intérieurs sont très importants et guident la manière dont je vais faire le geste.

Je suis incapable de réaliser un impact avec un arrêt total. Je me situe toujours dans des impulsions, c'est-à-dire que j'attaque le mouvement (attaque qui peut être assez explosive d'ailleurs), mais il se termine en suspension, en « fade out ». Je me sens beaucoup plus à l'aise dans une gestuelle fluide que dans une gestuelle qui est saccadée ou dont le rythme doit être très changeant. Je suis ainsi en affinité avec un temps continu ou décéléré. Cependant, de par mes expériences, j'ai dû également apprendre à être dans le temps rapide et je suis devenue assez efficace dans cela. J'ai en effet dû trouver des stratégies (amplitude du geste, attaque, état de détente, clarté des directions).

En ce qui concerne le *flow*, je dirais que j'aime particulièrement être dans le contrôlé. Par contre un contrôlé fluide. Il me semble que je peux accéder au *flow* libre dépendamment de la chorégraphie ou des consignes d'improvisation. Mais je pense que ma formation Jazz et Cunningham m'a fait davantage expérimenter un geste contrôlé.

## ANNEXE E

### EXTRAIT DU JOURNAL DE BORD *WAYPOINTS*

#### Répétition 1 : Mercredi 6 janvier

Après la répétition, très contente de commencer le processus. Je connais déjà Kelly. Donc petite appréhension de travailler en solo mais quand même très à l'aise.

1<sup>ère</sup> heure de la répétition : Discussion. Kelly m'explique les grands thèmes qui l'inspirent, issus de sa propre vie. Je me sens privilégiée car elle s'ouvre à moi comme une amie. Devient très vite personnelle. Je lui échange également des infos sur moi-même, ma personnalité, ma vie.

- Optimisme, envie de voir la beauté des choses autour d'elle. Espoir.
- En même temps, difficultés récurrentes de la vie → problèmes familiaux, amoureux, incapacité de rendre heureux les gens autour de soi, *misunderstanding*, guerre, maladie, mort,...

→ Veut faire une pièce sur l'aspect plus optimiste.

Me fait écouter une chanson qui l'inspire → *That's life*. De Franck Sinatra.

*That's life, that's what all the people say.  
You're riding high in April,  
Shot down in May  
But I know I'm gonna change that tune,  
When I'm back on top, back on top in June.*

*I said that's life, and as funny as it may seem  
Some people get their kicks,  
Stompin' on a dream  
But I don't let it, let it get me down,  
'Cause this fine ol' world it keeps spinning around*

*I've been a puppet, a pauper, a pirate,  
A poet, a pawn and a king.  
I've been up and down and over and out*

*And I know one thing:  
Each time I find myself, flat on my face,  
I pick myself up and get back in the race.*

*That's life  
I tell ya, I can't deny it,  
I thought of quitting baby,  
But my heart just ain't gonna buy it.  
And if I didn't think it was worth one single try,  
I'd jump right on a big bird and then I'd fly*

*I've been a puppet, a pauper, a pirate,  
A poet, a pawn and a king.  
I've been up and down and over and out  
And I know one thing:  
Each time I find myself laying flat on my face,  
I just pick myself up and get back in the race*

*That's life  
That's life and I can't deny it  
Many times I thought of cutting out  
But my heart won't buy it  
But if there's nothing shakin' come this here july  
I'm gonna roll myself up in a big ball and die  
My, My*

Physiquement souhaite travailler sur la mobilité et l'initiation du mouvement par le sternum (cage thoracique).

### 1<sup>re</sup> exploration :

Massage devant sternum et colonne vertébrale en vis-à-vis. Sensation du volume. Visualise une boule en marbre au milieu (→ pour moi plus facile à sentir le devant que le derrière). Puis fait bouger la boule – arrière – côté – devant. Sensation de swing, accélération vers l'arrière et vers le bas et suspension côté et devant et vers le haut.

→ Au début navigue entre le faire et le laisser faire de cette action (→ c'est Kelly qui me le souligne). Puis tente de voir comment à partir de ce mouvement peut bouger, aller dans le déplacement.

→ trouve une façon chacune et on se l'apprend.

→ tout se fait au sol.

Puis impro à partir des deux *patterns*. Dès le début, importance de la musique pour sa proposition pour le solo et utilisation d'autres musiques pour chaque impro et même pour l'exploration.

Personnellement ça m'aide à me mettre dans une atmosphère, me donne de l'énergie, m'aide à varier la musicalité de mes mouvements.

→ Mon image de ma zone du sternum : figée, fermée, sternum enfoncé, respiration restreinte. Émotions retenues.

Mais très heureuse d'expérimenter cette zone, désir de changer ma vision et de trouver de nouvelles sensations. Désir d'ouverture.

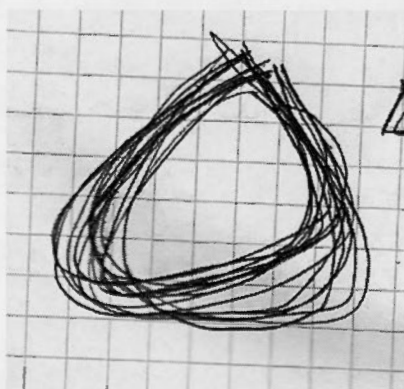
Au milieu de l'impro, sens que ça agit sur mon estomac → remonte mon point.

Quand je laisse aller librement le sternum → souvent répercussion sur la nuque, mouvements de la tête vient naturellement comme un jeu domino.

Yeux fermés le plus souvent pour me connecter avec ma sensation. Mais parfois nécessité d'ouvrir les yeux pour m'ancrer dans l'espace et ne pas me sentir vaseuse ou malade.

→ Tout de suite rapport de confiance avec Kelly. Souhaite une collaboration. Fait les impros avec moi, cherch[ons] ensemble les pistes du mouvement. Elle a besoin d'expérimenter avec moi.

Je ne me sens pas en terrain complètement inconnu puisque j'ai suivi beaucoup de classes avec elle.



Mouvement de ma boule de marbre



## ANNEXE F

### EXTRAIT DU JOURNAL DE BORD *DYSMORPHIC DELICIOUS*

#### Répétition 5 : vendredi 26 mars

Début de la répétition → George m'explique qu'il veut aller dans une œuvre plus performative que dansée (ses origines comme créateur et ce qu'il regarde de plus en plus). On retourne à l'exploration sur les yeux. → Déplacement dans l'espace avec différents regards. Rajouter la dedans du texte (je me parle à moi-même) et intention (positive, négative, neutre) afin de changer la qualité tonique du corps.

Intérêt : variation de tonus et [de] posture selon la relation affective à l'action : positive, négative, neutre. En tant qu'interprète : importance d'être vraie par rapport à ces différentes relations. Importance de se connaître, de connaître ses propres réactions et rapports aux choses.

Abolir l'idée de « face » public. Tous les côtés sont face.

Après impro yeux → s'arrêter devant une table avec différents objets. Manipulation « casual » et rapide des objets (sort des objets du sac) → éventuellement j'aurais des trucs pour faire des *drinks* à servir au public.

Difficulté : transition impro yeux et mise en contact avec le public.

Impro des yeux : peut donner l'impression d'autisme (longue discussion avec George sur son intérêt pour les autistes). Ce n'est pas ce qu'on veut. Insérer regard vers public avant la table.

Après yeux et table : refaire le trajet des yeux en courant ou plus vite (commentaire George → plier les jambes).

Fin de la répétition : Trop tard pour commencer autre chose → retour à un atelier pour travailler la qualité de la présence/posture (relation tête-coccyx).

→ au sol : chocolat, pulsation des extrémités

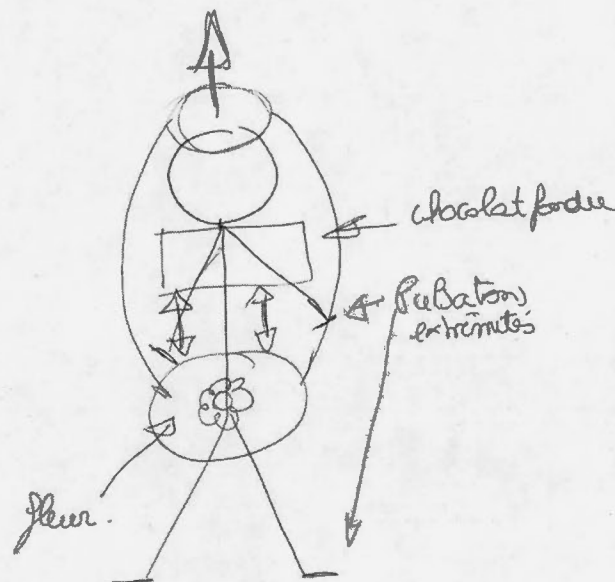
→ j'ai la ceinture scapulaire un peu rigide. Image de G. : la colonne vertébrale comme un *jellyfish* → ce qui donne toujours une respiration dans le tronc → jamais d'immobilité totale.



Exercice de Qi Gong : énergie Yin et Yang (mal au nez dans cette respiration) → exercice intéressant sur scène si scène de cardio arrive, pour se préparer.

Sortir d'une présence scénique pour être plus proche d'une qualité de présence quotidienne. Tâches à faire. Mais paradoxe : on ne peut pas nier qu'on est en représentation → défi : trouver cet entre-deux.

George me dit que je n'ai pas besoin de lui prouver que je danse bien. Rapport de confiance. Veut faire avec ce que je suis.



## ANNEXE G

### EXTRAIT DU JOURNAL DE BORD DE *BRENDA*

#### Jour 7 :

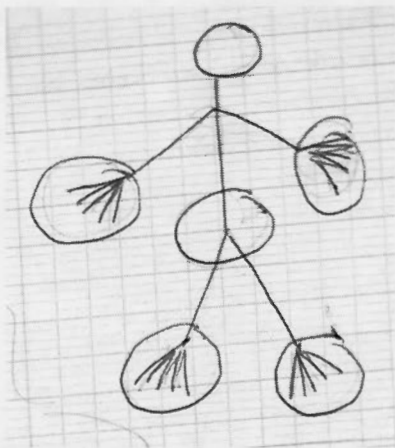
Début difficile : articulations et système nerveux raide : du coup mental aussi crispé. J'ai du mal à me mettre en route, à me mettre en mouvement. Ça fait aussi 3 jours que je n'ai pas dansé. Marianne arrive avant que l'on commence les improvisations. On discute costume et décor. Encore une fois je suis un peu crispée. Je n'arrive pas à sentir monter l'excitation des 2 autres. Pourtant les idées me plaisent : PMS? Oui!

#### 1<sup>re</sup> improvisation : les yeux fermés :

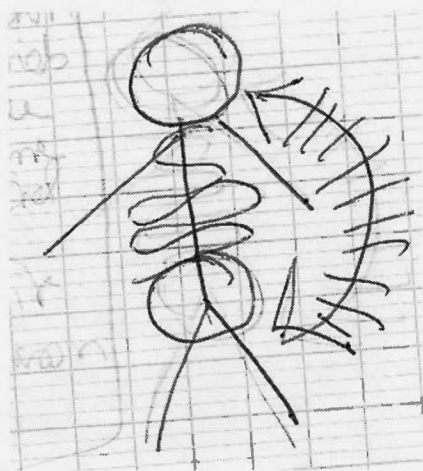
J'essaie de me replonger dans les sensations des explorations des jours précédents. Je me concentre pour retrouver la qualité du geste (voir dessins).

À la fin de l'improvisation, A.M me dit que c'était une improvisation « pauvre » : comme je suis déjà de mauvais poil, pas facile à prendre alors que je cherchais une certaine justesse. Mais je reconnais que je n'étais pas dans une improvisation plus signifiante et construite.

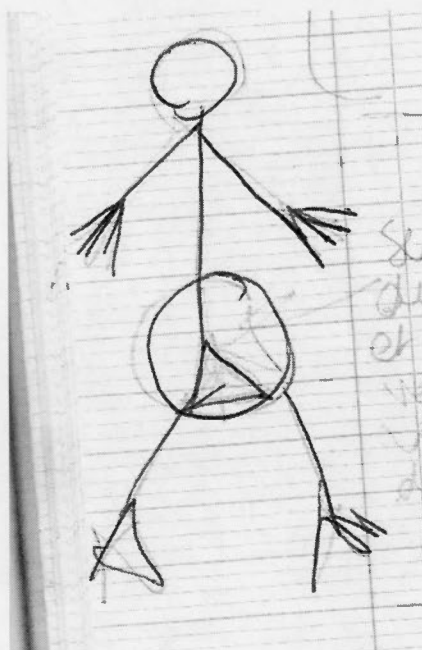
#### 3 niveaux de mobilité/connexion



Connexion extrémités/centre



Connexion tête/coccyx et mobilité de la colonne vertébrale entre les deux.



Sensation du poids et du volume viscéral du petit bassin.

+ Déploiement

+ Déposé : relâché dans le sol, sensation de dilatation dans les organes.

→ Jamais de « relâché » du corps au complet. Seulement parties. Toujours prête à bouger, comme un chat. Tonicité toujours en éveil.

## 2° improvisation : yeux fermés :

J'arrive davantage à me laisser aller dedans et à me faire plaisir (répondre à une demande mais me surprendre dedans). Reste par contre trop sur place (différent 1<sup>re</sup> où j'avais trop reculé : pas facile de gager l'espace les yeux fermés).

Ce qui m'aide beaucoup pour lâcher prise sur la qualité du geste, c'est l'imaginaire : A.M m'avait dit avant d'imaginer un personnage absent ou invisible avec qui je danserais. L'espace a alors pris sens pour moi et j'avais une image plus évocatrice à proposer et avec laquelle jouer.

Aussi jeu avec la connexion pieds/bassin/mains que j'avais négligée la 1<sup>re</sup> fois. Donne une densité à tout le corps et ouvre ma kinesphère.

Beau moment quand j'imaginais quelqu'un me caresser la joue, puis le cou (ouvert comme une offrande). Le buste : pour aller dans un grand cambré. J'ai senti que c'était un moment fort (confirmé par A.M).

Reprise aussi des jeux de bras du tango maldito en vidéo. J'aime quand ces mouvements de bras s'accélèrent, deviennent quasi frénétiques et en même temps restent extrêmement ronds.

Fin : essaie avec les talons de marcher sur le mur sur le côté et ensuite en l'air avec succession de roulade. Moment assez technique pour réfléchir où mettre les appuis pour que ça marche (épaules sol et buste qui initient la marche, différentes marches verticales)

## ANNEXE H

### EXTRAIT D'ENTREVUE AVEC DIANE LEDUC SUR LE PROCESSUS DE *WAYPOINTS*

Diane Leduc : 4 février.

\*Johanna Bienaise : 4 février.

DL : Pour toi! Quand tu vas transcrire.

\*JB : (rire) C'était la première fois qu'on mettait différents bouts ensemble. Surtout le passage des mains au sol, que j'ai rallongé aujourd'hui, puis la dernière partie, avec les mains. Je n'avais jamais touché [à] ça avant. C'était des nouveautés.

DL : T'avais jamais fait la partie avec les mains?

\*JB : Non. Jamais. C'est la première fois aujourd'hui.

DL : Elle l'a créée aujourd'hui?

\*JB : Oui.

DL : Ah d'accord. Elle est rapide! Wow.

\*JB : Mais bon, c'est très dans son... une fois qu'on comprend bien son univers, y'a des choses, y'a beaucoup de logiques qui reviennent, finalement. Au niveau de comment elle aborde le mouvement. Puis je suis ses cours un petit peu depuis quand même un an ou deux déjà. Elle donne des cours, \_\_\_\_\_, puis y'a des choses que je retrouve dans ce qu'elle enseigne. Donc même si aujourd'hui c'était la première fois qu'on le faisait, c'est comme quelque chose que j'avais un peu touché avec elle. C'était pas complètement nouveau. Euh... Hier, j'avais regardé la vidéo. Puis en fait, depuis le début du processus, y'a plein de choses sur lesquelles je suis pas contente au niveau de comment je m'approprie le travail.

DL : C'est-à-dire?



\*JB : Parce qu'en fait, je vois exactement ce vers quoi il faut que j'aille, au niveau du mouvement, dans la manière dont Kelly me demande le mouvement. Et la façon dont je vois comment elle le fait, ou elle le... l'énergie qu'elle y met, la qualité de mouvements, la qualité musculaire qu'elle y met, ce que je sais, c'est que tout à l'heure, le côté un peu, elle flirte et tout ça. Puis à chaque fois que je regarde le vidéo pour faire mon journal de bord, je me rends compte finalement de la distanciation entre mon expérience puis ce que je donne à voir, moi, comme interprète, par rapport à ce qu'elle me propose. Donc, je me mets un peu des défis tous les jours pour essayer d'arriver à essayer de comprendre quel chemin je peux trouver pour être un peu plus proche de ce qu'elle me propose comme gestuelle. Donc là, aujourd'hui, ce que j'ai essayé de faire – parce qu'on va s'arrêter devant la phrase plus longue, la phrase qui est dansée plus debout – ce que que j'ai essayé de faire aujourd'hui, c'est travailler sur moins de musculaire, donc d'être moins tonique, d'être plus relâchée. Un peu comme un genre de marionnette qu'on balade d'un côté ou d'un autre, puis que finalement, c'est vraiment les articulations qui font le travail, puis c'est une logique de *momentum* qui fait que le mouvement avance dans le travail. Donc ça, c'est un peu le défi que je me suis mis aujourd'hui, puis que je me suis mis depuis pas mal de jours déjà. Mais je pense qu'aujourd'hui, c'est le premier jour où j'ai comme réussi un tout petit peu à toucher. J'y suis pas vraiment encore, mais, en tout cas, de l'intérieur. Après, ce que ça donne, je sais pas. Et une autre affaire aussi qu'on essaye de travailler avec Kelly depuis le début, c'est d'avoir une énergie d'expansion au niveau du mouvement. C'est-à-dire que j'ai tendance à rester beaucoup sur moi dans le mouvement. Alors qu'elle, quand elle le fait, y'a beaucoup de, justement, comme elle utilise le *momentum* puis l'articulation, à chaque fois qu'elle tourne, par exemple, puis que ses bras s'en vont, ou suivent le mouvement, y'a comme un lancé très jeté.

DL : Humhum, que toi tu contrôles?

\*JB : Que moi, je contrôle. Que j'ai du mal à sortir, à aller plus loin, finalement, que mon, je dirais de ma kinesphère, ou que mon... ma petite bulle. Donc j'essaye aussi de travailler là-dessus, sur cette phrase-là.

DL : Mais comment tu le sens? Tu le sens que tu le lances et tu le retiens, tu le ramènes? Ou tout simplement que t'empêche le mouvement vers l'extérieur au complet? Est-ce que tu sens que tu le ramènes?

\*JB : Oui, j'ai l'impression que je, en fait, j'amène le mouvement là où il doit aller, au lieu de le laisser aller où il doit aller. C'est-à-dire que je le contrôle du début jusqu'à la fin. Le lancer du début, j'ai comme l'impression qu'y a une perte de contrôle, quelque chose de plus libre pour le lancer. Puis ensuite, éventuellement, quand elle arrive, ouf, elle le ramène. Mais y'a comme une sorte de rétractage à la fin et moi, je le contrôle pour l'aller et le retour. Ce qui fait que j'ai jamais de lancer...

## ANNEXE I

### EXTRAIT D'ENTREVUE AVEC DIANE LEDUC SUR LE PROCESSUS DE *DYSMORPHIC DELICIOUS*

Diane Leduc : Est-ce que tu le vois par rapport aux liens avec le chorégraphe? ou aux liens avec le type de travail?

\*Johanna Bienaise : Je pense que c'est les deux. Parce que en fait, c'est sûr que je suis obligée d'être dans la comparaison, mais j'ai l'impression que Kelly était beaucoup – elle dansait beaucoup avec moi, et j'étais dans un rapport de mimétisme avec elle. Et j'étais vraiment dans « Je veux être, je veux danser comme elle, je veux avoir sa qualité de mouvements ». George, il me fait très peu – il me démontre très peu ce qu'il a envie. Et finalement, la qualité gestuelle est importante pour lui, mais c'est pas l'essentiel. Pour lui, c'est vraiment la construction de la performance, le trajet qu'on fait à l'intérieur. Et il a assez confiance en ma présence, puis de toute façon, il me le dit clairement : « J'ai pas besoin que tu me prouves que t'es danseuse, j'ai pas besoin que tu me... » Donc y'a vraiment une confiance à ce qu'il me demande, en mon adaptation. Je réfléchissais à qu'est-ce qui va rester et qu'est-ce qui va changer là-dedans. Puis j'étais pas très... C'est pas très clair encore pour moi.

---

DL : Ça veut dire aussi que t'es plus dans la personnalisation aussi. \_\_\_\_\_

\*JB : C'est ça. C'est complètement différent. C'est complètement différent. On parle de la pièce, mais on parle de tout, d'autres choses aussi. Le rythme de la répétition est très différent. C'est plus \_\_\_\_\_, c'est plus/ J'ai moins l'impression qu'on doit avancer tout le temps, puis finalement, la pièce s'est terminée pratiquement ensemble. Mais je pense aussi que c'est une question d'expérience du chorégraphe, aussi, je pense. Et voilà. Donc là, \_\_\_\_\_. Y'a plein de choses qui sont pas claires. Au début, on a fait... J'ai quand même des *cues* au niveau du rapport physique, de l'état mais que j'oublie souvent, parce que je suis beaucoup dans la rationalisation. C'est ça qui est très étrange, c'est que George est très dans la rationalisation. Dans le fait de parler beaucoup de la pièce puis du processus, etcetera. Et en même temps, toute sa gestuelle, il est très dans la sensation puis dans le, il est dans le senti. Donc j'ai comme – c'est quelque chose qu'il faut que je trouve. Je dirais que mon adaptation est en tout cas à ce niveau-là, dans ce... dans cette frontière à trouver entre cette

conceptualisation, vraiment la construction et la tâche à faire. C'est quelque chose de très quotidien : « Je fais, je couds, je frappe mon citron, je coupe mon citron, je sers les gens », sans mettre d'emphasis sur « Je suis en performance et y'a des spectateurs », et en même temps, y'a quelque chose de super intérieur, senti.

DL : Et ce que j'ai trouvé aussi c'est qu'il y avait beaucoup plus de théâtralité par rapport à ce que Kelly faisait.

\*JB : Oui.

DL : Et je me suis posée la question : où tu vois toi, le personnage? Parce qu'on avait parlé du personnage aussi avec Kelly, dans ton moment existentiel!

\*JB : Tout à fait.

DL : Et là, dès le début, je me suis posée la question, je me suis dit, ah, tiens...

\*JB : Mais on n'a pas du tout parlé de personnage avec George.

DL : Et toi, comment tu le sens?

\*JB : Je n'ai pas l'impression que j'en ai un non plus.

DL : Ah, c'est intéressant.

\*JB : Non, pas du tout. Parce que, on a travaillé beaucoup sur le travail du regard. Et je sais que je ne réponds pas. Des fois, y'a un travail, y'a un personnage. Parce que George, il travaille beaucoup sur les différents *focus*, que ce soit – il est très dans l'ouverture, puis il regarde jamais comme vraiment en face, il est toujours en train de jouer avec le regard comme ça. Puis ça, je l'ai pas encore. Donc là, y'a comme un personnage, mais un personnage qui est un peu absent, puis qui représente plus un concept. Mais il est un peu dans son, dans une sphère *off*. On essaie d'enlever complètement la frontalité de la pièce à ce moment-là. Et au moment où je sers, finalement... Mais c'est sûr que dans mon journal de bord, j'écrivais que quelque part, c'est clair ce qu'il me demande, mais des fois, on discute, puis moi, je lui propose des choses, puis je fais des choses et il dit « Non, ce n'est pas ça », et y'a des choses que je ne comprends pas forcément de ce qu'il veut faire.

DL : Ce n'est pas parce qu'on en parle que...

\*JB : C'est ça. Ou, \_\_\_\_\_ sa réflexion sur le propos qu'il veut tenir. J'ai pas l'impression de le comprendre, vraiment, tout le temps. Je pense qu'il y a la langue aussi. L'anglais, qui n'est pas évident. Puis notre *background* aussi. Lui, c'est sûr

qu'on parle de rapport au corps, puis... lié à la consommation. Mais c'est pas clair. Mais d'un autre côté, ça me stress moins qu'avec Kelly. Parce que j'ai comme des tâches à faire. Puis ça me tient au plancher, ça m'occupe.

## ANNEXE J

### EXTRAIT D'ENTREVUE AVEC DIANE LEDUC SUR LE PROCESSUS DE *BRENDA*

\*Johanna Bienaise : Oui. Bien, ce que je sens en fait, c'est qu'elle arrive avec ses temps, de vingt ans de recherches de création derrière elle. Avec vraiment, elle est très claire sur ce qu'elle aime et ce qu'elle n'aime pas, les qualités qu'elle veut et qu'elle développe. Et moi, ce que j'ai senti beaucoup dès le début, c'est que, je pense qu'elle travaille avec des danseurs avec qui elle travaille depuis très longtemps. Donc ils ont certainement développé beaucoup d'affinités puis de rapidité à rentrer tout de suite dans les qualités qu'elle veut. Donc moi, je me sens toujours un petit peu...

Diane Leduc : Déstabilisée.

\*JB : Ouais, ou un peu lente par rapport à ce qu'elle me demande. Puis c'est pas des qualités forcément évidentes pour moi dès le départ. Ce n'est pas mes forces. C'est pas du tout du tout mes forces de performance. C'est-à-dire, elle me demande de me déposer, donc d'être capable de vraiment me déposer dans le sol puis de prendre des pauses, mais des pauses qui sont chargées, au niveau des articulations \_\_\_\_\_, puis vraiment comme très denses. Et d'un autre côté, y'a quelque chose de très déposé, mais la tonicité est toujours très engagée, puis... c'est vraiment difficile pour moi d'être dans les deux. Puis elle me demande d'être, la fluidité dans la colonne, plein de choses. Enfin, plein, plein de choses que j'ai spécifiées dans mon journal de bord. Donc, je sais pas si j'en parle ici, mais qui sont... qui sont difficiles pour moi. Donc le fait qu'elle vienne, que je sente ça derrière elle, moi, là, ça fait quatre semaines qu'on travaille ensemble, puis autant avec Kelly et George, j'avais l'impression de collaboration, autant là, j'ai vraiment pas du tout ce sentiment-là.

DL : J'ai pas eu cette impression-là. C'est quelqu'un qui te dirige beaucoup, mais il y a... Y'a moins de convivialité dans ce que j'ai senti.

\*JB : Oui. Je me sens beaucoup plus élève avec prof que... que danseuse à chorégraphe. Et qu'artiste à artiste. Et même la façon dont on construit le solo, elle est arrivée avec des choses, j'ai l'impression qu'elle fait depuis un certain nombre de temps, elle enseigne beaucoup l'improvisation donc elle m'a proposé des *sets* d'impro, mais je pense qu'elle fait, je pense et elle me dit qu'elle les a faits plein de



fois, c'est des choses qu'elle fait régulièrement. Plus les deux parties que je fais, en talons puis les yeux cachés, c'est deux pièces qu'elle a faites y'a cinq, dix ans. Donc c'est des choses qu'elle me ramène, de propositions de création. Donc j'ai l'impression qu'elle a pris plus ça comme une commande, ce projet-là, comme quelque chose – que je lui proposais quelque chose. Mais je ne sais pas si elle/ Bah, elle entre dans le jeu de la création avec moi. Mais j'ai moins cette impression-là, qu'on est ensemble pour créer une pièce. Moi, je me mets en situation de recherche, mais elle aussi, elle se met en situation de recherche puis je n'ai pas ce sentiment-là. Moi, de l'intérieur, j'ai vraiment le sentiment qu'elle arrive avec des propositions. C'est sûr qu'elle fait de la recherche. Elle m'a proposé un *setup*, on a quand même, c'est quand même une pièce. Donc y'a une ambiance de création. Mais j'ai pas le sentiment de la création comme [je l'ai] vécu avec Kelly et George.

DL : C'est comme si tu apprenais une pièce déjà faite un peu? En tout cas, qui a déjà une structure, qui a déjà des éléments?

\*JB : Oui. Oui. Quelque part, oui. Ou j'ai pas l'impression d'avoir réellement mon mot à dire, ou d'avoir proposé quelque chose de complètement différent d'elle, [de] ce qu'elle me proposait, puis qu'elle me dise « Ah ben moi, ça m'amène ailleurs. Pourquoi pas, allons-y ».

DL : Alors, si tu fais des liens avec l'adaptabilité...?

\*JB : Et bien, en fait, moi, je suis en crise. Je suis en crise depuis le début du processus, depuis les trois semaines et demie qu'on a commencées.

DL : Alors tu veux qu'on fasse de la psychothérapie!?

\*JB : Non, mais parce que je me suis posée cette question-là, je me suis dit : « Moi, je dois beaucoup m'adapter à sa façon... Puis elle, comment elle s'adapte à moi? ». J'ai l'impression que/ Puis je lui ai posée la question y'a trois jours. Je me suis dit, je peux pas continuer comme ça. Il faut qu'on discute. Il faut que je mette la table avec elle puis que j'en parle. Mais c'est très délicat parce que je la connais pas non plus super bien. Donc comment engager la conversation avec elle...? Parce que d'un autre côté, quand je lui parle elle est très ouverte sur/ Elle n'attend pas un résultat précis. Elle me dit – quand je lui dis : « C'est quoi pour toi l'adaptation par rapport à moi? », elle me dit qu'elle s'attendait pas à un résultat précis de ma part. Elle me propose des choses puis elle veut que – elle me laisse quand même de l'ouverture puisque c'est des improvisations. Mais moi, c'est pas le pressenti que j'ai. Parce que je me sens très – c'est tellement précis, ce qu'on me demande, et c'est tellement clair quand je suis pas juste ou je suis juste, donc je me sens pas super libre, en fait, dans ce processus-là. Donc elle, elle me dit : « Je m'adapte. T'as pas besoin de me proposer quelque

chose que j'attends », mais d'un autre côté, moi, ce n'est pas ce que je ressens. Donc y'a une petite tension-là qui est pas évidente.

## ANNEXE K

### EXTRAIT D'ENTREVUE AVEC KELLY KEENAN

\*Johanna Bienaise: So during the process, would you qualify or talk about, would you talk about the collaboration we had, so maybe a little bit like, to re-say maybe what you said during the interview about what you bring to me and what I bring to you, like this kind of exchange between us.

Kelly Keenan: Well... I don't want to repeat exactly what I said but what I did say at the conference was that you're like, very quick and generous and like, capable and professional to immediately try ideas so that I can see and gauge, yes I want to go in this direction or no I don't or yes but I want to push it a little further that way. So you did that like, right away and listened, you listened a lot to try and understand what I was trying and when it wasn't clear what I was trying also like, you still tried and that was help for me to clarify what I was wanting to try and yeah, I brought this physical precision where I insisted on certain things and you brought the performance of it, the focus and questioned sometimes why and what does that say, umm... the process... yeah, and then in the collaboration like, once we got started, I was like, a lot more able to say, you do this and I'll work on this and then we'll do an exchange and to, that we were still on the same page.

\*JB: And what, how did you feel, I felt like the first weeks, the first maybe two weeks I was really looking at you and I couldn't go really into the research movement with you because it was really your movement and I was trying to figure out okay, watching you first. Was it difficult for you to see me like, waiting for you or look at you or not be involved right away in the movement? See what I mean?

KK: Yeah I do... I think that sometimes, I think that I, as a teacher, I like to share my body experience, I have a lot of different strategies and I know that sometimes when I give too many strategies they're like okay try this, oh no, okay well why don't you try it from this angle or why don't you try it like this. I think this confuses people a lot so I was like, okay let's try warm up like this today okay. But sometimes I give up too soon or I change my mind too soon about what's going to be an entry point for you and I think that happened a little bit.

\*JB: That you gave me too much information?

KK: Well not too much information but that I changed too fast, and it's all related, like they're all little different keys that I'm giving to get this thing but sometimes before you have this, you can't see how this is going to serve that and the same way that these strategies are. But once you have it then you see,

\*JB: Do you ever [inaudible]?

KK: Umm, well like different ways of warming up, like working on hip flexion and stretching, how like this sensation is going to help in the overall thing or you know, one day doing a warm up where I was really working on the swings of the legs or giving like similar material that has a similar quality umm... yeah is it like confusing, are you worried about memorizing this or like, can we very quickly get the physical sensation and how it relates to the material that we're working with in the choreography? And the end, like this warm up we did on the last day, if we were to continue, I would do a warm up like that a lot. But we couldn't have started with that, that's somewhere where we arrived.

\*JB: So working with a dancer for a longer time, longer period or to work with the same kinds (?) of the different pieces for you it's, it can be a good idea like to be about the material if you want to talk about that.

KK: As for, it's going back to the question, a question about having you as a dancer, like I've been working with, in a pretty like closed or small community of people who study the Axis Syllabus and mostly who are teachers cause we work together for not so long but for a very intense period of like studying and discussing and practicing and jamming and all together for a long time until we had this real solid common. So it was, I mean it was definitely a challenge to like, I mean when I go into the studio Kira or Frey or Barish it's, we already have something in common that we all understand, some things we understand differently but we have like a really strong common and I mean, yeah that was like, that was a little not scary, but I was prepared for that it's like you've taken class with me and that helps but it's...



## ANNEXE L

### EXTRAIT D'ENTREVUE AVEC GEORGE STAMOS

\*Johanna Bienaise: So, first of all, just maybe to, if you can tell me, umm, if you, knowing my subject, or, it was the first time you were working with me, if you changed something in the way you were working, or if you... were the same as, like, kind of usual...

George Stamos: I would say that because I always, because I try to... how to answer that. Short answer is no I didn't really change that much, except that an aspect of the way that I like to work is to modify to each situation. Do you know what I mean?

\*JB: Yeah.

GS: So there was the normal amount of changing to adapt to the situation. Um... If I think about it more, and I think about the framework, I felt very liberated, maybe that was a change, like because, because it's uh, you're dealing with all the administration and it's like your project and I was really free to just focus on the artistic side.

\*JB: Yeah.

GS: Whereas in projects where I'm also, um, doing administration and dealing with presenters and things it's, and even, or even production, uh, that creates a different, uhh, kind of pressure, or different you know like, there's a different pressure to make the piece. And uh, so I felt like, kind of liberated by the research context of it.

\*JB: Okay.

GS: That we could like, really take some chances with certain things. So that was encouraging, umm, I felt like because of your studying and because of your, your... thoughtfulness, uh, in how it's involved with the thoughtful process with this research you know, it's quite involved about figuring out mentally, you know, thinking quite a lot.

\*JB: Yeah.



GS: That that helped me change it in terms of like, my process, in terms of delving more into some of the dramaturgy and some of the use of the text even and talking about the relationship of that, like how, if we say this, what does it really mean and, you know, that was more than, perhaps that was more present in this process than it has been in other processes where the pressure, or the feeling that a show has to happen is more about physical... like getting material into your body quickly. I don't know. The nature of a solo also defined it, and so it wasn't like..., cause when there's partnering, or unison, those things take up quite a lot of time just to work out like the, the physical, the technicalities of are we doing the same thing, or how do we, you know. The solo format was kind of liberating in that way, or very different from the other project I'm doing right now, where, where to start with we have to really figure out how physically, what kind of partnering techniques we're doing and..., anyway, in those ways.

\*JB: So are you saying that you just, for you the physical aspect was less important in this solo? That you just like...

GS: Well it was clear, I think I benefited frankly, from you having just done Kelly too.

\*JB: Yeah.

GS: Because it seemed to me that some of the issues in terms of the techniques and the physicality, were, they were, first of all we were aligned, because you already, you were already saying how you wanted to go more into a three dimensional body and that you felt like you had this, kind of um, approach to your presence, physically that was more frontal, and uh, you wanted to move more of the torso and that kept occurring. So that aligned with like what I thought I could offer as techniques, so we were already on the same page kind of.

## ANNEXE M

### EXTRAIT D'ENTREVUE AVEC ANNE-MARIE PASCOLI

\*Johanna Bjenaise : Alors, je vais commencer avec une question toute simple en fait, qui est : toi, tes objectifs de création, c'est-à-dire, quand t'es arrivée en studio, dès les premiers jours, avec quelles envies de création t'as abordé ce projet-là? Qu'est-ce que tu cherchais à explorer dans la suite, finalement, de ta propre pratique chorégraphique? C'était quoi tes objectifs dans cette création-là?

Anne-Marie Pascoli : Mes objectifs. Je vais répondre comme j'aime bien, des fois, pour nous... En fait, j'en n'avais pas, des objectifs. Je n'avais pas d'objectifs. J'avais un désir, déjà. Et puis une ligne, une petite idée comme ça, une directive, une perche un peu, un fil qui s'était tendu en regardant les deux précédents soli que tu avais faits. Et en lisant ce que tu m'avais envoyé sur la thématique de ta thèse, et l'idée que moi, je me faisais de ta thématique.

\*JB : Donc est-ce que tu peux développer un petit peu cette ligne-là, par rapport aux deux soli que t'avais vus, puis à ce que t'avais lu dans ma recherche, de ce que tu t'étais proposé comme ligne?

AMP : Je vais essayer d'être nette, parce que les choses, elles se sont faites au fil des jours aussi, de la première semaine, alors je ne suis pas arrivée – ce serait très présomptueux de dire que je suis arrivée avec une idée très très claire de ce que je voulais mettre en jeu.

(Interruption)

\*JB : Je te demandais de développer sur ta ligne de réflexion par rapport à ce que t'avais vu (les deux solo) et ce que t'avais lu.

AMP : La thématique, oui. Y'avait, concernant les soli – j'ai eu envie, après le regard de ça, de te faire travailler dans le lent. C'est la lenteur, quelque chose qui m'a/ La lenteur dans le mouvement m'a intéressée. Et puis une autre façon d'aller au sol. C'est-à-dire, une qualité de sol, juste une autre qualité de sol. Une autre qualité de descente. C'est ce que je voyais. Ce que j'avais vu à l'image. Ce qui est très particulier, et c'est ce que j'en ai perçu, en tout cas. Et puis par rapport à ce que j'ai lu et pensé aussi, autour de la notion de gravité et de l'adaptabilité. Parce que c'était

quand même ça qui semblait ressortir, et bien la notion effectivement d'essayer, parce que je savais pas si ça allait être possible ou pas, mais d'aller dans ce cheminement de composition instantanée avec des bornes écrites, et des moments où finalement y'a toute une matière qui est mise en jeu, un état qui est mis en jeu, mais pas une partition écrite. Voilà. Parce que c'est effectivement aussi le champ de l'interprétation pour moi par excellence, qui est celle de l'appropriation d'un état, d'une matière, d'une qualité, et puis de la faire voyager en fonction de soi, de son énergie, de ce qu'on est. Voilà. À peu près. Je n'avais pas forcément l'idée de la \_\_\_\_\_. Ça, c'est venu après.

\*JB : Ok. C'est venu au cours de la première semaine?

AMP : Oui.

\*JB : Puis les talons, par contre, c'était quelque chose de...?

AMP : Assez clair dès le départ en fait. Pourquoi? Je ne savais pas trop. Une intuition.

\*JB : Ok. Donc d'après ce que je comprends, c'est que t'es arrivée vraiment avec un désir de me faire travailler certaines choses. Est-ce que toi dans ta démarche de création, est-ce que t'avais envie d'explorer de nouvelles choses ou c'était vraiment très à propos de moi et de mon projet? Ou est-ce que tu t'es permis de dire « Moi, j'ai envie d'aller aussi quelque part dans ma création et de... »? Ou c'était très autour de moi?

AMP : C'est une question à laquelle j'ai vachement de mal à répondre parce que tout ce que je fais aujourd'hui, et je le dis vraiment sincèrement, tout ce que je mets en jeu au niveau de la danse et de la mise en jeu de la danse, pour moi participe à mon chemin de création. C'est-à-dire, qu'il y a pas d'un côté une chose et de l'autre une autre. Le simple fait que je sois là, en face de quelqu'un qui danse, qui cherche, fait que je suis dans ma création, je suis dans mon processus de création. Même si l'objet n'est pas un objet que j'ai pensé de A à Z, que je vais tourner. En fait, je considère que c'est \_\_\_\_\_ qui va vivre sa vie totalement. Donc voilà. Maintenant, je crois que je me suis pas dit « Je vais tenter quelque chose là du fait de cette situation ». Oui, je vais tenter cette aventure-là, de toute façon. C'est plus, sans connaître forcément les tenants et les aboutissants, quoi.



ANNEXE N

VIDÉOS DES SPECTACLES *WAYPOINTS*, *DYSMORPHIC DELICIOUS* ET  
*BRENDA*

Voir DVD.

## BIBLIOGRAPHIE

- Ajuriaguerra, J. (1962). Le corps comme relation. *Revue suisse de psychologie pure et appliquée*, 21, 137-157.
- Alexander, G. (1976). *Le corps retrouvé par l'Eutonie*. Paris : Tchou.
- Atlan, H. (1979). *Entre le cristal et la fumée*. Paris : Seuil.
- [s. d.]. Auto-organisation. Dans *Encyclopædia Universalis*. [s. l.] : Encyclopædia Universalis France. Récupéré de <http://www.universalis-edu.com.proxy.bibliotheques.uqam.ca:2048/encyclopedia/auto-organisation/>
- Batson, G. (2008). Teaching Alignment. Dans M. Bales et R. Netti-Fiol (Dir.), *The Body Eclectic. Evolving Practices in Dance Training* (p. 134-152). Chicago : University of Illinois Press.
- Bernard, M. (1995). *Le corps*. Paris : Éditions du Seuil.
- Bernstein, N. A. (1967). *The co-ordination and regulation of movements*. Oxford, Angl. : Pergamon Press.
- Berthoz, A. (1993). *Hommage à Julian de Ajuriaguerra*. [Document PDF]. Récupéré de [http://www.college-de-france.fr/media/professeurs-disparus/UPL31747\\_necrodeajuriaguerra.pdf](http://www.college-de-france.fr/media/professeurs-disparus/UPL31747_necrodeajuriaguerra.pdf)
- Bienaise, J. et Harbonnier, N. (2011). *Somatic Tools without Somatic Principles: Tensions in a Creative Process in Dance*. Communication donnée à la Dance And Somatics Practices Conference, Coventry University, Angl.
- Blandin, P., Couvet, D., Lamotte, M. et Sacchi, C. F. [s.d.]. Écologie. Dans *Encyclopædia Universalis*. [s. l.] : Encyclopædia Universalis France. Récupéré de <http://www.universalis-edu.com.proxy.bibliotheques.uqam.ca:2048/encyclopedia/ecologie/>
- Boisseau, R. (2006). *Panorama de la danse contemporaine. 90 chorégraphes*. Paris : Les Éditions Textuel.
- Bollard, C. (2009). *Vers de nouvelles sensations... Avec la méthode Danis Bois*. Paris : Société des écrivains.



- Bonvin, S. (2002). Entrevue avec Jean-Marie Adolph : Danseurs de formes indisciplinaires. Dans *Le Journal de l'adc*, 26. Récupéré de <http://www.adc-geneve.ch/2010/html/jadc/jadc26/jma.html>
- Bourdieu, P. (1980). *Le sens pratique*. Paris : Les Éditions de Minuit.
- Brun, J.-P. et Dugas, N. (2002). *La reconnaissance au travail : une pratique riche de sens*. Québec : Centre d'expertise en gestion des ressources humaines.
- Bruneau, M. et Burns, S. L. (2007). Des enjeux épistémologiques à une méthodologie hybride de la recherche en art. Dans M. Bruneau et A. Villeneuve (Dir.), *Traiter de recherche création en art : entre la quête d'un territoire et la singularité des parcours* (p. 79-151). Montréal : Presses de l'Université du Québec.
- Centre chorégraphique Circuit-Est. (2012). *Saison 2012-2013*. [Brochure.] Récupéré le 6 mars 2014 de <http://www.circuit-est.qc.ca/local/saison12-13/site/brochure12-13.pdf>
- Centre National de la Danse. [s. d.a] *Agenda CDN Pantin : Technique somatique et contemporain*. Xavier Lot. Récupéré le 6 mars 2014 de <http://www.cnd.fr/agenda/220486/>
- [s. d.b] *Agenda CND Pantin : Contemporain*. Yuval Pick. Récupéré le 6 mars 2014 de <http://www.cnd.fr/agenda/222175/>
- [s. d.c] *Agenda CND Lyon : Contemporain*. Suzanne Alexander. Récupéré le 6 mars 2014 de <http://www.cnd.fr/agenda/222242/>
- Centre National de Ressources Textuelles et Lexicales (CNRTL). 2012. *Le Trésor de la langue française informatisé*. Récupéré de <http://atilf.atilf.fr/>
- Chabrol, H., Séjourné, N. et Callahan, S. (2012). Coping, mécanismes de défense et adaptation. Dans C. Tarquinio et E. Spitz (Dir.), *Psychologie de l'adaptation*. (p. 123-142). Bruxelles : De Boeck.
- Clot, Y. (2008). *Travail et pouvoir d'agir*. Paris : Presses Universitaires de France.
- Conte, R. (2001). Éditorial. *Plastik*, 1, 2-7.
- Copeland, R. (2000). Ballet, Modern Dance, and Modernity. *Dance Theatre Journal*, 16(2), 42-47.

- Cottin, R. et Loureiro, A. (2012). *Réflexions sur la Forme en Analyse du Mouvement Laban (LMA) et sur sa symbolisation*. Paris : Centre National de La Danse.
- Courraud, C. (2007). *Toucher psychotonique et relation d'aide. L'accompagnement de la personne dans le cadre de la kinésithérapie et de la fasciathérapie*. (Mémoire de maîtrise non publié). Université Moderne de Lisbonne.
- Craig, P. E. (1978). *The Heart of the Teacher. A Heuristic Study of the Inner World of Teaching*. (Thèse de doctorat non publiée). Boston University.
- Cuénot, L. (1951). *L'évolution biologique*. Paris : Masson.
- Cunningham, M. (1989). Space, Time, Dance. (Trad.) *Bulletin du Centre national de danse contemporaine d'Angers*, 4. (1952)
- Damasio, A. R. (1995). *L'erreur de Descartes. La raison des émotions*. (M. Blanc trad.) Paris : Odile Jacob. (1984)
- Dantas, M. (2008). *Ce dont sont faits les corps anthropophages : la participation des danseurs à la mise en œuvre chorégraphique comme facteur de construction de corps dansants chez deux chorégraphes brésiliennes*. (Thèse de doctorat non publiée). Université du Québec à Montréal.
- Davida, D. (1993). Le corps éclectique. Dans A. Gélinas (Dir.), *Les vendredis du corps : le corps en scène, vision plurielle* (p. 20-35). Montréal : Édition Cahiers de théâtre Jeu / Festival International de Nouvelle Danse.
- Darwin, C. (1973). *L'origine des espèces au moyen de la sélection naturelle ou la lutte pour l'existence dans la nature*. Verviers : Gérard.
- Deleuze, G. et Guattari, F. (1991). *Qu'est-ce que la philosophie?* Paris : Éditions de Minuit.
- Delignières, D. (2004). L'approche dynamique du comportement moteur. [Document PDF]. Récupéré de <http://didier.delignieres.perso.sfr.fr/Publis-docs/DelignieresSFPS2.pdf>
- Deschamps, C. (2002). *Le chaos créateur*. Montréal : Guérin.
- Després, A. (2000). *Le travail des sensations dans la pratique de la danse contemporaine (logique du geste esthétique)*. Paris : Presses universitaires du Septentrion.

- Dance New Amsterdam. (2012). *Faculty Class description: Alexandra Beller*. Récupéré le 6 mars 2014 de <http://dnadance.org/classes-rentals/faculty-class-descriptions/contemporary-modern/beller/>
- Dobbels, D. et Rabant, C. (1994). Entretien avec Hubert Godard : Le geste manquant. *IO, Revue internationale de psychanalyse*, 5, 63-75.
- Dupuy, D. (2011). *La sagesse du danseur*. Paris : JC Béhar.
- École de danse contemporaine de Montréal. (2014). *Pourquoi choisir l'École?*. Récupéré le 6 mars 2014 de <http://www.edcmtl.com/fr/pourquoi-choisir-lecole>
- Faure, S. (2000). L'imaginaire dans les processus d'incorporation du métier de danseur. Dans C. Fintz (Dir.), *Les imaginaires du corps, pour une approche interdisciplinaire* (p. 73-90). Paris : L'Harmattan.
- Faust, F. (2011). *The Axis Syllabus. Universal Motor Principal: Human Movement Analysis and Training Method*. San Francisco : Blurb.
- Fondation Jean Piaget et Ducret, J.-J. (2014). *Notions*. Récupéré le 6 mars 2014 de [http://www.fondationjeanpiaget.ch/fjp/site/oeuvre/index\\_notions\\_1.php](http://www.fondationjeanpiaget.ch/fjp/site/oeuvre/index_notions_1.php)
- Fortin, S. (1996). L'éducation somatique : Nouvel ingrédient de la formation pratique en danse. *Nouvelles de Danse*, 28, 15-30.
- (2005). Measurable? Immeasurable? What are we looking for?. Dans M. Hargreaves (Dir.), *Proceeding of Laban Research Conference 2005* (p. 3-14). Londres, Angl. : Laban Center.
- (2006). Apports possibles de l'ethnographie et de l'autoethnographie pour la recherche en pratique artistique. Dans P. Gosselin et E. Le Coguiec (Dir.), *La recherche création. Pour une compréhension de la recherche en pratique artistique* (p. 97-109). Montréal : Presses de l'Université du Québec.
- (2009a). *Séminaire de méthodologie II : notes de cours*. Doctorat en Études et Pratiques des arts, Facultés des arts, Université du Québec à Montréal.
- (2009b). Prise en compte des enjeux esthétiques et de santé en danse contemporaine professionnelle : paroles de chorégraphes, interprètes et répétiteurs. *Revista Repertório Teatro & Dança*, 12(13), 55-63. Récupéré de [http://www.revistarepertorioteatroedanca.tea.ufba.br/13/arq\\_pdf/priseencomptedesenjeux.pdf](http://www.revistarepertorioteatroedanca.tea.ufba.br/13/arq_pdf/priseencomptedesenjeux.pdf)

- Fortin, S., Trudelle, S. et Rail, G. (2008). Incorporation paradoxale des normes esthétiques et de santé chez les danseurs contemporains. Dans S. Fortin (Dir.), *Danse et santé : du corps intime au corps social* (p. 9-44). Montréal : Presses de l'Université du Québec.
- Fortin, S., Vieira, A. et Tremblay, M. (2008). Expérience corporelle dans le discours de la danse et de l'éducation somatique. Dans S. Fortin (Dir.), *Danse et santé : du corps intime au corps social* (p. 115-139). Montréal : Presses de l'Université du Québec.
- Fortini, K. (2009). Le dialogue tonique dans la psychothérapie analytique de relaxation. *Psychothérapies*, 1(29), 33-38.
- Foucault, M. (1975). *Surveiller et punir*. Paris : Gallimard.
- Frétard, D. (2004). Danse contemporaine : danse et non-danse, vingt-cinq ans d'histoires. Paris : Cercle d'art.
- Gagnon, L. (2006). Éditorial. Un milieu fort (et) fragile. *Cahier de théâtre Jeu*, 2(119), 6-14.
- Ginot, I. (2004). Danse : l'en-dehors et l'au-dedans de la discipline. Dans A.-M. Gourdon (Dir.), *Les nouvelles formations de l'interprète*. Paris : éd. CNRS. Récupéré de [www.danse.univ-paris8.fr](http://www.danse.univ-paris8.fr)
- Godard, H. (1990a). À propos des théories sur le mouvement. *Marsyas*, 16, 109-111.
- (1990b). L'empire des sens... La kinésiologie, un outil d'analyse du mouvement. Dans J. Monsieur (Dir.), *Danser maintenant* (p. 101-105). Bruxelles : CFC éditions.
- (1992). Présentation d'un modèle de lecture du corps en mouvement. Dans M. Peix-Arguel (Dir.), *Le corps enjeu* (p. 209-221). Paris : Presses universitaires de France.
- (1994a). C'est le mouvement qui donne corps au geste. *Marsyas*, 30, 72-77.
- (1994b). Le souffle, le lien. *Marsyas*, 32, 27-31.
- (1995). Le geste et sa perception. Dans M. Michel et I. Ginot (Dir.), *La danse au XX<sup>e</sup> siècle* (p. 224-229). Paris : Bordas.

- Godard, H., et Louppe, L. (1992). Le corps du danseur, épreuve du réel. *Art press : vingt ans l'histoire continue*, 139-143.
- Godin, C. (2004). *Dictionnaire de Philosophie*. Paris : Fayard Éditions du Temps.
- Godin, J. C. (2000). Adaptation/adoption. *Cahiers de théâtre Jeu*, 96, 148-153.
- Gosselin, P. (2006). La recherche en pratique artistique. Spécificité et paramètres pour le développement de méthodologies. Dans P. Gosselin et É. Le Coguiec (Dir.), *La recherche création : pour une compréhension de la recherche en pratique artistique* (p. 21-31). Sainte-Foy : Presses de l'Université du Québec.
- Gosselin, P. (2009). *Séminaire de méthodologie II : notes de cours*. Doctorat en Études et Pratiques des arts, Facultés des arts, Université du Québec à Montréal.
- Gosselin, P. et Laurier, D. (2004). *Tactiques insolites : vers une méthodologie de recherche en pratique artistique*. Montréal : Guérin.
- Graham, M. (1992). *Mémoires de la danse*. (C. Le Bœuf trad.). Arles : Actes Sud. (1991).
- Gravel, C. (2012). *La création du danseur dans l'espace de l'œuvre chorégraphique : autopoïétique d'une (re)prise de rôle*. (Mémoire de maîtrise non publié). Université du Québec à Montréal.
- Green, J. et Stinson, S.W. (1999). Post positivism research in dance. Dans S. Fraleigh et P. Hanstein (Dir.), *Researching Dance: Evolving Modes of Inquiry*. London : University of Pittsburg Press.
- Harbonnier-Topin, N. (2009). Autour de la proposition dansée. Regard sur les interactions professeur-élève dans la classe technique de danse contemporaine. (Thèse de doctorat non publiée). Conservatoire National des Arts et Métiers. Récupéré de [http://www.danse.uqam.ca/upload/files/nicole\\_harbonnier\\_these.pdf](http://www.danse.uqam.ca/upload/files/nicole_harbonnier_these.pdf)
- Humphrey, D. (1990). *Construire la danse*. (J. Robinson trad.). Paris : Éditions Bernard Coutaz.
- Joly, Y. (2000). La méthode Feldenkrais d'éducation somatique?. *Bulletin Feldenkrais France*, 38.
- Kamm, H., Thelen, E. et Jensen, L. J. (1990). A Dynamical Systems Approach to Motor Development. *Physical Therapy*, 70, 763-775.



Kuypers, P. (2006). Entretien avec Hubert Godard : Des trous noirs. *Nouvelles de danse*, 53, 56-75.

La 2<sup>e</sup> porte à gauche. (2014). *Accueil*. Récupéré le 6 mars 2014 de <http://www.la2eporteagauche.ca/>

Laban, R. (1994). *La maîtrise du mouvement*. (J. Chalet-Haas et M. Bastien trad.). Paris : Actes Sud.

Lacombe, J. (2007). *Le développement de l'enfant de la naissance à sept ans. Approche théorique et activités corporelles*. Bruxelles : De Boeck.

Lamarck, J.B. (1994). *Philosophie zoologique ou exposition des considérations relatives à l'histoire naturelle des animaux*. Paris : Flammarion.

Lancri, J. (2006). Comment la nuit travaille en étoile et pourquoi. Dans P. Gosselin et E. Le Coguiec (Dir.), *La recherche création. Pour une compréhension de la recherche en pratique artistique* (p. 9-20). Montréal : Presses de l'Université du Québec.

Laperrière, A. (1997). Les critères de scientificité des méthodes qualitatives. Dans J. Poupart (Dir.) *La recherche qualitative : Enjeux épistémologiques et méthodologiques* (p. 365-389). Montréal : Gaëtan Morin.

Launay, I. et Charmatz, B. (2003). *Entretenir : à propos d'une danse contemporaine*. Dijon : Presses du réel.

Launay, I. et Roquet, C. (2008). De l'attitude à la posture ou ce qu'un danseur peut dire aux politiques. Dans *Posture(s), imposture(s), MAC/VAL, Musée contemporain du Val-de-Marne*. Récupéré de [http://www.danse.univ-paris8.fr/chercheur\\_bibliographie.php?cc\\_id=4&ch\\_id=6](http://www.danse.univ-paris8.fr/chercheur_bibliographie.php?cc_id=4&ch_id=6)

Lazarus, R. et Folkman, S. (1984). *Stress appraisal and coping*. New York : Springer.

Leão, M. (2002). *La présence totale au mouvement*. Paris : Éditions Points d'appui.

Leduc, D. (2008). *Étude phénoménologique de l'état d'authenticité dans l'acte d'interprétation en danse contemporaine*. (Thèse de doctorat non publiée). Université du Québec à Montréal.

Lefèvre, B. et Sizorn, M. (2004). Métissages dans les productions circassiennes et chorégraphiques contemporaines. *Corps et Culture*, 6/7. Récupéré de <http://corpsetculture.revues.org/document800.html>.

- Le Moal, P. (2008). *Dictionnaire de la danse*. Paris : Larousse.
- Le Moigne, J. L. (1984). *La théorie du système général. Théorie de la modélisation*. Paris : Presses Universitaires de France.
- Lesage, B. (1993). *Le corps en présence : une approche plurielle du corps dansant*. (Thèse de doctorat non publiée). Université de Lille III.
- Loupe, L. (1996). Corps Hybrides. *Art press*, 209, 54-59.
- (2004). *Poétique de la danse contemporaine*. Bruxelles : Contredanse.
- Martin, A. (2006). Un urgent besoin d'être. *Cahier de théâtre Jeu*, 119, 69-75.
- Martin, G. (2008). *Paysages sous la peau : la dynamique du métissage comme approche du corps pluriel scénique*. (Thèse de doctorat non publiée). Université du Québec à Montréal.
- Masciotra, D. (1998). *Modèle de méthode de théorisation-en-action du praticien-chercheur : méthodologie de la recherche théorique en éducation*. Conférence donnée au Centre interdisciplinaire de recherche sur l'apprentissage et le développement en éducation (CIRADE), Montréal, Can.
- (2007). *La compétence de la personne en action et en situation*. Communication présentée au colloque de l'Observatoire des réformes en éducation (ORE), Montréal, Can.
- Masciotra, D. et Medzo, F. (2006). *La compétence comme pouvoir adaptatif aux situations nouvelles*. [Document PDF]. Récupéré de [http://www.academia.edu/1116760/La\\_compentence\\_comme\\_pouvoir\\_adaptatif\\_aux\\_situations\\_nouvelles](http://www.academia.edu/1116760/La_compentence_comme_pouvoir_adaptatif_aux_situations_nouvelles)
- Mauss, M. (1936). Les techniques du corps. *Journal de psychologie normale et pathologique*, 32, 3-4. Récupéré de [http://www.uqax.quebec.ca/zone30/Classiques\\_des\\_sciences\\_sociales](http://www.uqax.quebec.ca/zone30/Classiques_des_sciences_sociales/index/html) »index/html
- Ministère de la culture et de la communication. (2003). « Les danseurs ». *Développement culturel. Bulletin du Département des études et de la prospective*, 142.
- Moore, C.-L. (2009). *The Harmonic Structure of Movement, Music and Dance According to Rudolf Laban : An Examination of His Unpublished Writings and Drawings*. Lewinston, New York : Edwin Mellen Press.

- Morin, Edgar. (1977). *La méthode t.1 : La Nature de la Nature*. Paris : Éditions du Seuil.
- (2007). Complexité restreinte, complexité générale. Dans J.C. Le Moigne et E. Morin (Dir.), *Intelligence de la complexité : épistémologie et pragmatique* (p. 28-50). La Tour d'Aigues : Éditions de l'Aube.
- (2008). *La Méthode. t.2 : La Vie de la Vie*. Paris : Éditions du Seuil.
- Morin, Estelle. (2008). *Sens du travail, santé mentale et engagement organisationnel*. (R-543). Montréal : IRSST. Récupéré de <http://www.irsst.qc.ca/media/documents/pubirsst/r-543.pdf>
- Morin, Estelle et Gagné, C. (2006). *Donner un sens au travail*. (R-624). Montréal : IRSST. Récupéré de <http://www.irsst.qc.ca/en/-irsst-publication-making-work-meaningful-promoting-psychological-well-being-r-624.html>
- Moustakas, C. (2001). Heuristic research: Design and methodology. Dans K. J. Scheider, J. F. T. Bugental et J. F. Pierson (Dir.), *The handbook of humanistic psychology: Leading edges in theory, research and practice* (p. 263-274). Thousand Oaks, CA : Sage.
- Mukungu Kakangu, M. (2007). *Vocabulaire de la complexité : Post-scriptum à La Méthode d'Edgar Morin*. Paris : L'Harmattan.
- Newell, P. (2007). *Les interprètes créent la danse : les rôles des interprètes lors du processus de création et les conséquences de type somatique-santé et socio-politique*. (Mémoire de maîtrise non publié). Université du Québec à Montréal.
- Newell, P. et Fortin, S. (2008). Dynamiques relationnelles entre chorégraphes et danseurs contemporains. Dans S. Fortin (Dir.), *Danse et santé : Du corps intime au corps social* (p. 87-114). Québec : Presses de l'Université du Québec.
- Nicolescu, B. (1996). *La transdisciplinarité : Manifeste*. Monaco : Éditions du Rocher.
- Noisette, P. (2010). *Danse contemporaine, mode d'emploi*. Paris : Flammarion.
- Paillé, P. et Mucchielli, A. (2012). *L'analyse qualitative en sciences humaines et sociales*. Paris : Armand Colin.
- PARTS. [s. d.]. *Curriculum Training*. Récupéré le 6 mars 2014 de <http://www.parts.be/en/curriculum-training>

- Passeron, R. (1996). *La naissance d'Icare. Éléments de poétique générale*. Saint-Germain en Laye, Valenciennes : Presses universitaires de Valenciennes.
- Paxton, S. (1979). A Definition. *Contact Quarterly*, 4(2), 26.
- Piaget, J. (1967). *Biologie et connaissance. Essai sur les relations entre les régulations organiques et les processus cognitifs*. Paris : Gallimard.
- Piaget, J. et Inhelder, B. (1966). *La psychologie de l'enfant*. Paris : Presses Universitaires de France.
- Pressault, D. (2011). *Éros et pouvoir : regard jungien sur les situations d'abus de pouvoir entre chorégraphes et danseurs contemporains*. (Mémoire de maîtrise non publié). Université du Québec à Montréal.
- Ravn, S. (2010). Sensing weight in Movement. *Journal of dance and Somatic Practices*, 2(1), 21-34.
- Regroupement québécois de la danse (RQD). (2011). *Actualisation de la situation des interprètes en danse* (étude). [Document PDF]. Montréal : l'auteur. Récupéré de [http://www.quebecdanse.org/images/upload/files/RQD\\_Actualisation\\_du\\_portrait\\_socioeconomique\\_%20interpretes\\_en\\_danse.pdf](http://www.quebecdanse.org/images/upload/files/RQD_Actualisation_du_portrait_socioeconomique_%20interpretes_en_danse.pdf)
- Robert, P., J. Rey-Debove et A. Rey. (2014). *Le Petit Robert électronique*. Récupéré de [http://pr.bvdep.com.proxy.bibliotheques.uqam.ca:2048/version-1/login\\_.asp](http://pr.bvdep.com.proxy.bibliotheques.uqam.ca:2048/version-1/login_.asp)
- Robert-Ouvray, S. B. (1996). *L'enfant tonique et sa mère*. Revigny sur Ornain : Éd. Martin Media / Hommes et Perspectives.
- Roche, J. (2009). *Moving Identities, Embodiment and the Contemporary Dancer*. (Thèse de doctorat non publiée). School of Arts, Roehampton University.
- Rondal, J.-A et Esperet, É. (dir.). (1999). *Manuel de psychologie de l'enfant*. Sprimont, Belg. : Éditions Mardaga.
- Roquet, C. (2002). *La scène amoureuse en danse. Codes, modes et normes de l'intercorporéité dans le duo chorégraphique*. (Thèse de doctorat non publiée). Université Paris 8.
- Rouquet, O. (1991). *La tête aux pieds*. Paris : Recherche en Mouvement.
- Rip, B., Vallerand, R. J. et Fortin, S. (2008). La passion de danser, les deux côtés de la médaille. Dans S. Fortin (Dir.), *Danse et santé : du corps intime au corps social* (p. 183-196). Montréal : Presses de l'Université du Québec à Montréal.



- Schön, D. A. (1994). *Le praticien réflexif : À la recherche du savoir caché dans l'agir professionnel*. (J. Heynemand et D. Gagnon trad.) Montréal : les Éditions Logiques. (1983)
- Shusterman, R. (2007). *Conscience du corps. Pour une soma-esthétique*. Paris / Tel Aviv : Éditions de l'éclat.
- Sorignet, P.-E. (2004). Un processus de recrutement sur un marché du travail : Le cas de l'audition en danse contemporaine. *Genèses* 57, 64-88. Récupéré de <http://www.cairn.info/revue-geneses-2004-4-page-64.htm>
- (2010). *Danser. Enquête dans les coulisses d'une vocation*. Paris : Éditions La Découverte.
- Southern Methodist University. Meadows School of Art. [s. d.]. *Dance*. Récupéré le 6 mars 2014 de <http://smu.edu/meadows/dance/>
- Straus, E. (2004). La posture érigée. (A. Langlet et C. Roquet trad.). *Quant à la danse*, 1, 22-41.
- Taché, A. (2003). *L'adaptation : un concept sociologique systémique*. Paris : L'Harmattan.
- Tap, P. et Esparbès-Pistre, S. (2001). Identité, projet et adaptation à l'âge adulte. *Carriérologie, Revue francophone Internationale*, 8(1), 133-145
- Tap, P. et Sordes-Ader, F. (2012). Soi, identités et adaptation. Dans C. Tarquinio et E. Spitz (Dir.), *Psychologie de l'adaptation* (p. 143-172). Bruxelles : De Boeck.
- Tarquinio, C. et Spitz, E. (2012). *Psychologie de l'adaptation*. Bruxelles : De Boeck.
- Thelen, E. et Smith, B. L. (2006). Dynamic Systems Theories. Dans W. Damon et Lerner, M. R. (Dir.), *Handbook of Child Psychology* (p. 258-312). Hoboken, N.J. : Johan Wiley & Sons.
- Thomas, H. et Tarr, J. (2009). Dancers' Perceptions of Pain and Injury. Positive and Negative Effects. *Journal of Dance Medicine and Science*, 13(2), 51-59.
- Unitec Institute of Technology. (2013). *Bachelor of Performing and Screening Arts (Contemporary Dance)*. Récupéré le 6 mars 2014 de <http://www.unitec.ac.nz/?3B3D916B-C616-4B8F-B425-D4F753A87D8B>
- Université du Québec à Montréal. (2014). *Étudier à l'UQAM. Baccalauréat en danse*. Récupéré le 6 mars 2014 de <http://www.programmes.uqam.ca/7107#OBJECTIFS>



- Valéry, P. (1938). *Eupalinos ou l'architecte*. Paris : Gallimard.
- Van der Maren, J. M. (1995). *Méthodes de recherche pour l'éducation*. Montréal : Presses de l'Université de Montréal.
- Varela, F., Thompson, E. et Rosch, E. (1993). *L'Inscription corporelle de l'esprit : sciences cognitives et expérience humaine*. Paris : Éd. du Seuil.
- Viau, C. [s. d.]. *Les danseurs ne pèsent pas lourds dans la balance*. Récupéré le 6 mars 2014 de <http://ledanseurnepesepaslourd.com/>
- Wallon, H. (1949). *Les origines du caractère chez l'enfant : les préludes du sentiment de personnalité*. Paris : Presses Universitaires de France.
- Watzlawick, P., Beavin Bavelas, J. et Jackson Don, D. (1972). *Une logique de la communication*. Paris : Éd. du Seuil.
- Weber Silva, S. (2010). *Les pratiques du danseur-créateur vis-à-vis des pratiques dominantes en danse contemporaine : trois études de cas*. (Thèse de doctorat non publiée). Université du Québec à Montréal.
- Winnicott, D. (1975). *Jeu et réalité*. Paris : Gallimard.
- Wright State University. (2014). *Dance program overview*. Récupéré le 6 mars 2014 de <http://www.wright.edu/tdmp/dance/index.html>
- York University. School of Toronto Dance Theater. (2014). *Admission Guide*. Récupéré le 6 mars 2014 de [http://www.schooloftdt.org/sites/default/files/download/2013-2014%20Admissions%20Guide.pdf#overlay-context=ptp\\_apply](http://www.schooloftdt.org/sites/default/files/download/2013-2014%20Admissions%20Guide.pdf#overlay-context=ptp_apply)
- Zuckerkandl, E. et Pauling, L. (1962). Molecular disease, evolution, and genic heterogeneity. Dans M. Kasha et B. Pullman (Dir.), *Horizons in Biochemistry* (p. 189-225). New-York: Academic Press.